



Instituto Politécnico de Beja

Escola Superior de Educação de Beja

Mestrado em Psicogerontologia Comunitária

**O contributo das Novas Tecnologias para o
bem-estar social dos idosos em meio rural:
um estudo de caso**

Dora Isabel Jerónimo Dias Palma

Beja, julho 2013

O contributo das Novas Tecnologias para o bem-estar social dos idosos em meio rural: um estudo de caso



Instituto Politécnico de Beja

Escola Superior de Educação de Beja

Mestrado em Psicogerontologia Comunitária

O contributo das Novas Tecnologias para o bem-estar social dos idosos em meio rural: um estudo de caso

Dissertação de Mestrado apresentada na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Beja

Elaborado por:

Dora Isabel Jerónimo Dias Palma

Orientado por:

Prof.^a Doutora Sandra Saúde

Beja, julho 2013

Mestrado em Psicogerontologia Comunitária

O contributo das Novas Tecnologias para o bem-estar social dos idosos em meio rural: um estudo de caso

“Por aprendizagem significativa, entendo, aquilo que provoca profunda modificação no indivíduo. Ela é penetrante, e não se limita a um aumento de conhecimento, mas abrange todas as parcelas de sua existência”

Carl Rogers

Índice

	Pág.
Índice de Apêndices	II
Índice de Anexos	III
Índice de Tabelas	IV
Índice de Figuras	V
 Agradecimentos	 1
 Resumo	 2
 Abstract	 3
 Introdução	 4
 Capítulo 1: Enquadramento Teórico	 5
1.1.Psicogerontologia Comunitária.....	5
1.2.Envelhecimento populacional.....	7
1.3.Idosos e Infoexclusão.....	10
1.4. Idosos e Novas Tecnologias.....	12
1.5. Integração e Bem-Estar social dos Idosos.....	14
 Capítulo 2: Metodologia	 17
2.1.Objeto de Estudo.....	17
2.1.1.Pergunta de Partida.....	17
2.1.2. Objetivo Geral.....	17
2.1.3. Objetivo Específico.....	17

2.2. Tipo de Estudo.....	18
2.3. Caracterização do meio envolvente.....	23
2.4. População e Amostra.....	27
2.5. Instrumentos de Recolha de dados.....	29
2.6. Técnicas de Análise de Dados.....	31
2.7. Limitações do Estudo.....	33
 Capítulo 3: Apresentação e Discussão dos Resultados.....	34
 3.1. A experiência de participação nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias.....	35
3.2. Perfil de Utilização após as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias...41	
3.3. Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o Bem-Estar social.....	42
 Capítulo 4: Plano de Ação e Recomendações Finais.....	49
 Considerações Finais.....	54
 Bibliografia.....	56
 Outras Referências.....	61
 Apêndices	
 Anexos	

Índice de Apêndices

Apêndice 1:

Modelo de Análise das Entrevistas dos Participantes das sessões

Apêndice 2:

Modelo de Análise da Entrevista da Coordenadora da Ação 4-Informação e Acessibilidades

Apêndice 3:

Guião de inquérito por entrevista aos participantes nas sessões

Apêndice 4:

Guião de inquérito por entrevista à coordenadora

Apêndice 5:

Transcrição das entrevistas dos participantes

Apêndice 6:

Transcrição da entrevista da coordenadora

Apêndice 7:

Grelhas de análise de conteúdo das entrevistas dos participantes

Apêndice 8:

Grelha de análise de conteúdo da entrevista à coordenadora

Índice de Anexos

Anexo 1:

Descrição do Projeto “Margens”

Anexo 2:

Exemplar da Ficha de Inscrição dos participantes nas sessões de contacto com as novas tecnologias

Anexo 3:

Exemplar de alguns dos trabalhos realizados pelos participantes durante as sessões

Índice de Tabelas

Pág.

Tabela 1:

Estrutura Etária da População do Concelho de Mértola.....24

Tabela 2:

População residente na freguesia de Mértola, segundo grupos etários e sexo25

Tabela 3:

Caracterização da Amostra em estudo.....29

Tabela 4:

Análise Swot das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias.....48

Índice de Figuras

	Pág.
Figura 1:	
Localização do Concelho de Mértola no mapa de Portugal.....	26
Figura 2:	
Freguesias do Concelho de Mértola.....	27

Agradecimentos

À Professora Dr.^a Sandra Saúde, orientadora da tese, pela sua ajuda, apoio, dedicação, experiência, conhecimentos e ensinamentos que transmitiu ao longo de toda a trajetória do presente trabalho de investigação.

À minha família, especialmente aos meus pais e avós, pelo apoio e incentivo durante todo o tempo de desenvolvimento deste trabalho.

Ao Rui, meu namorado, por todo o carinho, apoio, motivação e paciência em todas as fases de realização deste trabalho.

Aos amigos, pela sua amizade e pelas palavras de ânimo.

Às colegas de Mestrado pela ajuda e apoio em todas as fases deste trabalho.

À Associação de Defesa do Património de Mértola, por toda a disponibilidade garantida na gestão dos horários, o que permitiu frequentar todas as Unidades Curriculares do Mestrado e, também, pela cedência de todos os documentos relativos ao Projeto “Margens”.

Ao grupo de idosos que participaram nesta investigação, por toda a sua disponibilidade e dedicação.

Resumo

O Envelhecimento da população constitui uma das principais problemáticas existentes nos países desenvolvidos, sendo caracterizado por um vasto conjunto de alterações fisiológicas, psicológicas e sociais. Neste sentido torna-se importante que se promovam estratégias que contribuam para o envelhecimento ativo e o bem-estar dos idosos, sendo de destacar a utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação.

Neste contexto o presente estudo tem como objetivo primordial verificar em que medida a utilização das Novas Tecnologias em meio rural contribui para o bem-estar social dos idosos.

Esta investigação foi realizada no concelho de Mértola, concretamente na localidade da Amendoeira da Serra, sendo esta uma aldeia que se caracteriza por ter uma população muito envelhecida e também pelo seu isolamento geográfico e social. Participaram neste estudo um grupo de 9 idosos com mais de 60 anos e que participaram nas sessões de contacto com as novas tecnologias, no âmbito do Projeto “Margens”.

A metodologia utilizada na presente investigação foi a metodologia de Projeto e as técnicas de recolha de dados foram a Análise Documental, a Observação Direta e a Entrevista Semidiretiva, sendo que os dados obtidos foram analisados qualitativamente.

A investigação realizada permitiu apurar e verificar que a utilização das novas tecnologias em meio rural contribuiu para o aumento do bem-estar social dos idosos, para a melhoria da sua autoestima e também para a mudança das rotinas diárias dos mesmos.

Os resultados desta investigação projetam a necessidade de se realizarem e promoverem mais iniciativas neste âmbito, que envolvam a população sénior, especialmente, a residente em meio rural.

Palavras-Chave: Idosos, Novas Tecnologias, Meio Rural, Bem-estar social

Abstract

The aging population constituted a major problem in developed countries, and is characterized by a wide range of physiological, psychological and social changes. In this sense it is important to promote strategies that contribute to active aging and well-being of the elderly, with emphasis on the use of Information Technologies and Communication.

In this context, the aims of the present study is to primary verify what extent the use of new technologies in rural areas contributes to the welfare of the elderly.

This research was conducted in the county of Mértola, specifically in the town of Amendoeira da Serra, which is a village that is characterized by an aging population and also for its geographical and social isolation. In this study participated a group of 9 people over 60 years old who were previously participated in the contact sessions with new technologies, under the Project "Margens".

The methodology used in this research was the Project methodology and the techniques of data collection were the Document Analysis, the Direct Observation and the Interview. The data were analyzed qualitatively.

This research allowed to determine as the use of new technologies in rural areas can contributed to the increase of the welfare of the elderly, to improve their self-esteem and also to change yours daily routines.

The results of this research project the need to carry and promote more initiatives in this issue, involving the senior population, especially the rural resident.

Keywords: Elderly, New Technologies, Rural Areas, Social Welfare

Introdução

O presente trabalho de investigação enquadra-se no âmbito do Mestrado em Psicogerontologia Comunitária, lecionado no Instituto Politécnico de Beja e tem como principal objetivo: verificar em que medida a utilização das Novas Tecnologias em meio rural contribui para o bem-estar social dos idosos.

O tema principal deste trabalho fundamenta-se na importância que as Novas Tecnologias têm para a terceira idade, na medida em que atualmente o envelhecimento da população é uma das principais problemáticas com que os países desenvolvidos se deparam, como é o caso de Portugal.

Por outro lado, muitos idosos vivem em meios rurais, onde o acesso à informação é diminuto, o que faz com que os mesmos vivenciem muitas vezes situações de infoexclusão e isolamento social. Neste sentido, a utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação junto da população sénior torna-se extremamente pertinente, pois permite a esta franja populacional adquirir novos conhecimentos, ter um maior acesso à informação, e ainda, colmatar situações de isolamento psicossocial através do contacto com familiares e amigos que se encontram distantes.

Este trabalho de investigação tem ainda como meta promover a utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação em meio rural no sentido de melhorar o bem-estar da população sénior.

Neste contexto e ao longo deste documento, irá ser desenvolvido o projeto em causa, sendo que para tal se tornou imprescindível a realização de um enquadramento temático, onde será referenciado o problema a abordar, os objetivos que se pretenderam alcançar e a fundamentação empírica do problema.

No segundo capítulo será apresentada a Metodologia, onde será identificada e caracterizada a estratégia metodológica seguida, o objeto e tipo de estudo e serão apresentadas as características do meio envolvente, a população e a amostra, e detalhados os instrumentos de recolha de dados, as técnicas de análise de dados, e também, as principais limitações do estudo.

Por último, é feita a apresentação e a discussão dos resultados, com as principais conclusões da investigação e, também, será descrito o Plano de Ação proposto conjugado com as recomendações e considerações finais.

Capítulo 1:

Enquadramento Teórico

Ao iniciar o capítulo do Enquadramento Teórico importa esclarecer e justificar a escolha dos conceitos-chave seguidamente descritos.

Assim, e tendo em conta que esta investigação se enquadra no âmbito do Mestrado em Psicogerontologia Comunitária e que o seu principal objetivo é verificar em que medida a utilização das novas tecnologias contribui para o bem-estar social dos idosos em meio rural, foi realizada uma pesquisa documental que incidiu no desenvolvimento dos seguintes conceitos: Psicogerontologia Comunitária, Envelhecimento Populacional, Idosos e Infoexclusão, Idosos e Novas Tecnologias e a Integração e o Bem-Estar Social dos Idosos.

Pretendeu-se assim salientar e referir o conceito de Psicogerontologia enquanto ciência recente, e como uma mais-valia para a problemática do envelhecimento populacional e infoexclusão da população sénior.

Por outro lado, foram também identificados e referidos alguns estudos e investigações realizados anteriormente, e que justificam o contributo das novas tecnologias para a integração e para o bem-estar social dos mais velhos.

1.1.Psicogerontologia Comunitária

Atualmente o envelhecimento da população é um dos principais problemas dos países desenvolvidos.

Neste âmbito e visto que cada vez mais o índice de envelhecimento está a aumentar, a intervenção junto dos séniores torna-se de extrema importância para a resolução das principais problemáticas com que estes se deparam.

Importa assim referir que a qualificação e a aquisição de competências específicas nesta área, por parte dos técnicos que desenvolvem o seu trabalho junto desta franja populacional é muito importante, na medida em que irá proporcionar a estes profissionais a compreensão do fenómeno do envelhecimento e ainda dotá-los de um leque variado de ferramentas necessárias para uma melhor intervenção com esta realidade.

É neste contexto que surge a Psicogerontologia Comunitária, sendo esta uma área recente e multidisciplinar, que se encontra em desenvolvimento e em expansão devido às diversas necessidades sentidas pelos idosos.

Tal como o próprio nome indica Psicogerontologia baseia-se em duas áreas distintas, mas que ao mesmo tempo estão interligadas e que se complementam, a Psicologia e a Gerontologia.

Relativamente à Psicologia, esta é uma ciência que estuda os processos internos subjacentes às atividades físicas, psíquicas e sociais dos indivíduos, cabendo aos psicólogos procurar compreender como é que as pessoas aprendem a falar, memorizam, raciocinam, sentem, percebem e avaliam o que se passa à sua volta, mas também, como é que os indivíduos percebem o seu papel num grupo e como agem em relação a ele.

Por outro lado, a Gerontologia constitui-se como a ciência que estuda o processo de envelhecimento nas suas diferentes vertentes, nomeadamente a nível social, psicológico, sociocultural, histórico, entre outros.

Neste sentido, detém um papel preponderante no estudo do processo de envelhecimento, sendo este uma realidade que requer uma intervenção estruturada e que vá de encontro às necessidades das pessoas idosas e à promoção do seu envelhecimento de forma ativa e bem-sucedida.

Tendo em conta o referido anteriormente, destacam-se assim alguns autores, nomeadamente Gomes e Ferreira (1985, p. 6) que referem que “ com a evolução dos tempos, aumentando consideravelmente o nível médio da vida humana, houve a necessidade de um maior atendimento aos idosos, daí o surgimento de um ramo da gerontologia - a Gerontologia social.”

Segundo os mesmos autores “ A Gerontologia social vem crescendo rapidamente, assim como o número de profissionais integrados a ela. Sob a sua égide, encontramos assistentes sociais, enfermeiros, psicólogos, sociólogos, fisioterapeutas, advogados, arquitetos, enfim, qualquer especialista que possa ter a sua atividade relacionada com os problemas dos idosos. O fato é que a Gerontologia social congrega a todos, dando à atividade um sentido interprofissional.”

No entanto, e segundo Netto (2000:4) “Apesar da Gerontologia ser um ramo da ciência que se propõe estudar o processo de envelhecimento e os múltiplos problemas que envolvem a pessoa idosa, ela é paradoxalmente jovem. Esta realidade é surpreendente, desde que o envelhecimento e os clamores pelo aumento da longevidade são seguramente tão antigos quanto a própria civilização”.

Salienta-se ainda que a Gerontologia engloba vários aspetos primordiais do envelhecimento, nomeadamente o Envelhecimento Físico, o Envelhecimento Psicológico, o Envelhecimento Comportamental e também o Contexto Social do Envelhecimento.

Pode assim constatar-se que a Gerontologia é uma ciência que estuda o processo de envelhecimento no todo, na medida em que engloba todos os aspetos relacionados com o mesmo.

Sendo esta uma ciência, pode entender-se ainda segundo os autores anteriormente referidos como, “ Assim, cuida a Gerontologia social das leis que protegem os velhos, de suas interações, de seu relacionamento na sociedade, na família e mesmo entre si, estabelecendo programas de recreação, ocupação de tempo livre e até mesmo de aprendizado, como é o caso da Universidade de terceira idade.”

No que se refere ao conceito de Comunidade, incluído na temática da Psicogerontologia no presente Mestrado, este refere-se ao facto de que a Psicologia e a Gerontologia em conjunto irão incidir em determinadas comunidades, nomeadamente nas quais a população sénior está inserida, ou seja a Psicogerontologia Comunitária pretende estudar o individuo como um todo, nomeadamente no que se refere ao seu contexto social, psicológico e comunitário.

Além desse aspeto salienta-se ainda o facto de que se torna extremamente relevante que os profissionais e técnicos que trabalham nesta área e junto da população idosa, devem compreender e perceber de uma forma aprofundada o contexto e a comunidade em que os mesmos estão inseridos, para que as intervenções realizadas, possam ir ao encontro das necessidades sentidas pelos séniores e, por outro lado, sejam realizadas do modo mais adequado, respeitando os seus interesses e as suas potencialidades.

1.2.Envelhecimento populacional

O envelhecimento apresenta-se como um processo psicobiológico e pode ser entendido como todo o percurso pelo qual o indivíduo passa desde a sua concepção até à morte, sendo que no decorrer do envelhecimento do organismo humano se verifica um declínio gradual de recursos biológicos e cognitivos.

Neste contexto e tendo por base o conceito de velhice da Organização Mundial de Saúde (OMS), o mesmo diz respeito a um processo caracterizado pela existência

de várias modificações fisiológicas e psicológicas ininterruptas à ação do tempo sobre as pessoas.

Ainda de acordo com a Organização Mundial de Saúde, um idoso é uma pessoa com mais de 65 anos, independentemente do sexo ou do estado de saúde aplicável, definindo-se a velhice sobretudo, em termos sociais, pelo limite de idade da reforma e associando-se a esta faixa etária uma imagem de incapacidade, improdutividade e dependência.

Importa assim destacar o que referem San Martin e Pastor em 1990, citados por Netto (2000:27) “Não existe um consenso sobre o que se chama de velhice, porque as divisões cronológicas da vida humana não são absolutas e não correspondem sempre às etapas do processo de envelhecimento natural; os desvios se produzem em ambos os sentidos. Isto é, a velhice não é definível por simples cronologia, senão-e melhor!- pelas condições físicas, funcionais, mentais e de saúde das pessoas analisadas, o que equivale a afirmar que podem ser observadas diferentes idades biológicas e subjetivas em indivíduos com a mesma idade cronológica”.

Salienta-se também o facto de o processo de envelhecimento ser um processo muito pessoal, na medida em que cada individuo pode apresentar diferentes características a diferentes níveis, pois existem certas capacidades que declinam mais rapidamente do que outras.

Ainda segundo Netto (2000:27) “ Socialmente, as características dos membros da sociedade, que são percebidas como sendo de pessoas idosas, variam de acordo com o quadro cultural, com o transcorrer das gerações e, principalmente com as condições de vida e trabalho a que estão submetidos os membros dessa sociedade, sendo que as desigualdades dessas condições levam a desigualdades no processo de envelhecer”.

Por outro lado e segundo Rosa (1996:9) “existe uma outra interpretação de envelhecimento humano, que diz respeito ao envelhecimento enquanto processo coletivo. De acordo com esta perspetiva, o envelhecimento demográfico vai corresponder às alterações que, relativas à estrutura etária da população, se traduzem por um aumento da importância relativa dos idosos (envelhecimento no topo), por uma diminuição da importância relativa dos jovens (envelhecimento na base) ou por ambas as situações (duplo envelhecimento) ”.

É de salientar ainda que o envelhecimento da população é atualmente um fenómeno universal, característico de vários países do mundo e as estimativas

referem que em 2050 os idosos serão cerca de 2.000 milhões de indivíduos, representando mais de 20% da população mundial.

Relativamente ao envelhecimento da população na União Europeia este é um facto também muito preocupante, na medida em que as taxas de natalidade têm diminuído na maioria dos seus países e a esperança média de vida tem aumentado consideravelmente, sendo já apelidada de “Europa idosa”.

No caso específico de Portugal, é de destacar que nos últimos trinta anos, a população portuguesa sofreu profundas alterações em termos demográficos, sendo que estas alterações repercutem-se sobre os mais variados domínios da vida coletiva, nomeadamente o emprego, o consumo, a saúde e a proteção social.

Assim, e entre os aspetos mais salientes destas alterações demográficas, destaca-se o envelhecimento demográfico da população.

Deste modo verifica-se um acentuado envelhecimento da população, sendo que as suas principais causas residem na baixa natalidade que se verifica entre os portugueses e que tem aumentado nos últimos anos e o aumento da longevidade, pelo que, atualmente, o número de idosos ultrapassa o de crianças.

Do ponto de vista demográfico, e segundo dados do Instituto Nacional de Estatística (INE), o envelhecimento da população portuguesa tem vindo a acentuar-se quer pela base da pirâmide etária, com a diminuição da população jovem, quer pelo topo com o incremento da população idosa.

A pirâmide de idades deixou de ser triangular e apresenta um estreitamento na base, como resultado da baixa fecundidade e um alargamento no topo decorrente da maior longevidade.

Ainda neste âmbito é importante referir a abordagem ao envelhecimento demográfico português, dando ênfase às diferentes características de assimetria geográfica do país, que regra geral, coincidem com as assimetrias socioeconómicas, permitindo assim que sejam identificadas três zonas distintas: litoral, pouco envelhecida; intermédia, medianamente envelhecida e interior, muito envelhecida.

Destaca-se também que o envelhecimento populacional, tendo um peso expressivo na atual composição demográfica, e por outro lado a existência de uma maior longevidade das pessoas idosas, que lhes permite manter por mais tempo uma boa saúde física e mental, leva a que sejam tidas em consideração algumas questões sérias ligadas quer ao problema das despesas com as pensões de reforma e dos cuidados de saúde, quer à forma como a sociedade atual trata os seus indivíduos mais velhos.

Tal como refere Fernandes (2000, p.18) “ o aumento da população idosa e a contração progressiva da população ativa constitui um dos desequilíbrios preocupantes do nosso futuro próximo”.

Torna-se, de facto, emergente tomar medidas para fazer face ao problema do envelhecimento populacional, e neste contexto importa destacar que o ano de 2012 foi o Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações, tendo como principal objetivo chamar a atenção para a importância do contributo dos idosos para a sociedade e incentivar os responsáveis políticos e todas as partes interessadas a tomarem medidas para criar as condições necessárias ao envelhecimento ativo e ao reforço da solidariedade entre as gerações.

O Ano Europeu 2012 visou ainda promover o envelhecimento ativo em três domínios: Emprego, Participação na sociedade e Autonomia.

1.3.Idosos e Infoexclusão

A velhice aparece, muitas vezes, associada à idade relativamente avançada que pressupõe uma capacidade laboral diminuída pelo desgaste fisiológico e psicológico.

Por outro lado a velhice também é associada muitas vezes à fragilidade, à doença, à dependência e à baixa produtividade, o que faz com que o papel dos idosos na sociedade atual seja muitas vezes desvalorizado, levando a que muitos idosos vivenciem situações de isolamento e baixa autoestima, refletindo-se este facto em consequências negativas no que se refere à sua qualidade de vida e ao bem-estar social.

Deste modo a velhice pode ser vista como uma época que a pessoa passa à reforma, reduzindo-se o espaço de contacto social, com o correspondente isolamento, diminuição dos rendimentos, por vezes redução do contacto com a família, muito tempo disponível e maior suscetibilidade para a existência de doenças.

Para Kachar (2003:44) “ O envelhecimento é uma fase que pode ser encarada pelo sofrimento das perdas: morte de entes queridos, gerando o aumento do isolamento, dificuldades económicas propiciadas pela diminuição do poder aquisitivo da aposentadoria, deterioração da saúde e perda de papéis sociais, com a interrupção

profissional, o crescimento dos filhos e a perda do cônjuge. Esse estado de coisas leva à diminuição da autoestima e da autoimagem”.

Ainda segundo a mesma autora (2003:45) “ Há a vivência do preconceito pelo próprio idoso, que se constitui desde a juventude, considerando a velhice como uma fase improdutiva, de fragilidade, com a presença da doença interiorizada e manifestada na autoimagem”.

Importa referir que o período da velhice é cada vez mais prolongado sendo que os últimos anos de vida de uma pessoa constituem um final anunciado do ciclo de vida em que o funcionamento biológico determina o funcionamento social.

A relativa proximidade do final da existência exerce uma poderosa influência no modo de conceitualizar o mundo e na forma de perceber as relações sociais, sendo uma etapa do ciclo vital para a qual a pessoa se vai preparando paulatinamente.

Neste contexto, os idosos são considerados uma franja populacional fragilizada e com predisposição para a vivência de situações de infoexclusão, sendo que segundo dados da Assistência Médica Internacional (AMI) este conceito se define como uma nova forma de exclusão nos países desenvolvidos, em que as dificuldades de acesso às Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) aumentam entre as pessoas com necessidades especiais ou em circunstâncias de maior vulnerabilidade.

Nesta perspectiva, entende-se que o conhecimento das novas tecnologias assume, em si mesmo, uma nova forma de inclusão social, e que se tomou imprescindível na adaptação à sociedade sob diferentes formas.

Atualmente a tecnologia está por todo o lado, e cada vez mais o ser humano cria dependências dos recursos eletrónicos, que passaram a coexistir no dia-a-dia de todos, sendo evidentes as mudanças ocorridas nas diversas dimensões da vida em sociedade.

No entanto, e apesar da crescente democratização dos suportes informáticos que facilitam o acesso à informação, verifica-se que determinadas pessoas – por serem idosos, emigrantes, detentores de deficiência física ou mental, iletrados e ou iletrados tecnológicos, com limitações económicas ou em situação social marginal – ficam de fora da atual sociedade digital.

Tendo como principal objetivo combater situações de infoexclusão e exclusão social importa destacar a importância da inclusão digital dos idosos como meio para a promoção do bem-estar da população sénior.

O conceito de inclusão digital é entendido como o conjunto de estratégias desenvolvidas pelos Governos, Organizações do Terceiro Setor e Outras Empresas,

no sentido de possibilitar a todas as pessoas a obtenção de conhecimentos sobre as Tecnologias de Informação e Comunicação e por outro lado o acesso a estruturas e recursos digitais e informáticos que favoreçam todos os cidadãos, em termos de acesso a serviços básicos e essenciais para o seu bem-estar e qualidade de vida.

Torna-se assim muito pertinente que sejam realizados e levados a cabo projetos, bem como estratégias que promovam a utilização das novas tecnologias junto dos grupos mais fragilizados, no sentido de que as mesmas possam contribuir para melhorar o seu bem-estar, nomeadamente através da aprendizagem de novos conhecimentos, bem como através da aprendizagem de novas ferramentas que lhes permitam comunicar com os seus familiares e amigos que se encontram distantes, e assim colmatar situações de isolamento social e geográfico, bem como situações de infoexclusão.

1.4. Idosos e Novas Tecnologias

Atualmente a relevância das novas tecnologias, e da sua utilização, é já um dado inquestionável para a designada Sociedade de Informação, sendo esta baseada num modelo de organização da sociedade que assenta no desenvolvimento económico e social através da informação, como meio de criação de conhecimento. Este facto desempenha um papel fundamental para a produção de riqueza e para a contribuição do bem-estar e qualidade de vida dos cidadãos.

Torna-se assim extremamente pertinente que todos os cidadãos tenham a possibilidade de aceder e ter acesso facilitado às Tecnologias de Informação e Comunicação, de modo a que as mesmas se constituam como instrumentos indispensáveis e facilitadores das comunicações pessoais, de trabalho e de lazer, sendo no entanto necessários cuidados essenciais para que não se cultivem diferenças significativas sob as mais variadas justificações, que oscilam desde o poder de compra de equipamentos e acesso à Internet, até à utilização massiva por parte das camadas mais jovens em detrimento dos mais velhos.

O universo das novas tecnologias, pode e deve revestir-se de um cunho direcionado para a própria questão de inclusão social enquanto ferramenta de grande utilidade e não como vetor de aprofundamento de exclusão social baseada no alienamento.

Em consequência, exalta-se a importância que deve ser dada a ações que promovam a alfabetização digital, até mesmo porque a realidade é que, no extremo, todos sofremos de um déficit de conhecimento das novas tecnologias. Só que o nível de déficit é bastante dispare no conjunto da nossa sociedade, assim sendo esses “desconhecimentos” diferenciados distinguem-se em diferentes níveis de infoexclusão.

Kachar (2003:189) refere neste âmbito que “ aponta-se a importância da entrada no mundo da informática como uma necessidade de o indivíduo da terceira idade incluir-se no movimento sociocultural atual, alfabetizando-se na nova linguagem, e ampliar o seu universo a um âmbito local e de permanência, mas projetar-se num universo global e dinâmico, por meio de enfrentamento do desafio colocado pela apropriação da tecnologia para provar sua potencialidade”.

Salienta-se assim também que no caso específico da União Europeia se deve dar destaque à Declaração de Riga que foi aprovada em Junho de 2006 e que tem como objetivos principais a melhoria da qualidade de vida dos cidadãos, através da promoção de oportunidades para uma maior participação e acesso à informação como forma de eliminar barreiras e discriminações sobretudo para os cidadãos com necessidades especiais e para os cidadãos mais idosos.

Foi assim criada a “Iniciativa i2010” que surge como uma resposta da União Europeia para a melhoria da qualidade de vida dos idosos ao nível dos cuidados de saúde, da assistência social e na promoção de condições para a criação de uma base industrial bem consolidada no domínio das TIC vocacionada para a problemática do envelhecimento dos cidadãos europeus.

O plano de ação da “Iniciativa i2010” visa atingir três diferentes domínios, nomeadamente Envelhecer bem no trabalho, através da criação de condições para um envelhecimento ativo que se venha a traduzir numa permanência mais prolongada dos cidadãos em atividade laboral com melhores condições com o auxílio das TIC na promoção de práticas inovadoras de trabalho mais flexíveis; Envelhecer bem na comunidade, de modo a que através das TIC os cidadãos possam permanecer socialmente ativos e criativos através da utilização das redes sociais, como forma de diminuir o isolamento social, especialmente em regiões rurais e em regiões de baixa densidade populacional e por último Envelhecer bem em casa, nomeadamente através da introdução das TIC como forma de permitir aos cidadãos gozar uma vida mais saudável e uma melhor qualidade de vida traduzida num maior nível de autonomia, independência e dignidade.

Assim, e tendo por base os pressupostos referidos anteriormente importa salientar o papel das novas tecnologias na alteração e possibilidade de melhoria das condições de vida dos idosos, nomeadamente no sentido de minimizar dificuldades a nível físico relacionadas com a memória, visão, audição e mobilidade, bem como dificuldades sociais relacionadas com situações de exclusão social e isolamento geográfico e social, sendo estas algumas das necessidades principais e mais frequentes entre a população da faixa etária referida.

1.5. Integração e Bem-Estar social dos Idosos

É importante e essencial, que ao abordar o conceito de integração social, se defina bem o que o mesmo quer dizer, segundo Angell citado por Birou (1978, p. 212) a integração é “ (...) a afirmação de um conjunto de fins e de valores comuns, para os quais os membros de um determinado grupo são orientados e que são determinantes para a vida desse grupo.”

Podemos considerar a definição deste conceito acima referido, como sendo redutor e até mesmo desatualizada, comparada com outras definições mais recentes que definem integração social quando os indivíduos ou grupos se aceitam mutuamente e criam estruturas de apoio que permitem potencializar os aspetos mais positivos do meio em que estão inseridos e consequentemente fazem com que o próprio individuo se desenvolva de forma pacífica e coerente.

A integração é vista e encarada como um processo que dá a oportunidade ao indivíduo de sair do processo de exclusão que o mesmo é alvo, fazendo com que o mesmo tenha acesso a todos os bens e serviços disponíveis numa sociedade, contudo, não se esquecendo que o indivíduo tem as suas particularidades e especificidades que o identifica enquanto pessoa.

Em estreita articulação com o conceito de integração, encontra-se o conceito de bem-estar, e neste contexto destaca-se o facto de (Ribeiro & Galinha, 2005, p. 204) referirem que “ o Bem-Estar Subjetivo é uma dimensão positiva da Saúde”.

É considerado, simultaneamente, um conceito complexo, que integra uma dimensão cognitiva e uma dimensão afetiva, e um campo de estudo que abrange outros grandes conceitos e domínios de estudo como são a Qualidade de Vida, o Afeto Positivo e o Afeto Negativo”.

Segundo os mesmos autores “ atualmente, o Bem-Estar Subjetivo parece ter sedimentado o seu terreno, de modo que se considera um campo de estudo em expansão.

A medição sistemática do conceito tem-lhe fornecido critérios de validade e fidelidade e existe consenso entre os investigadores sobre a existência de uma dimensão cognitiva e uma dimensão afetiva do Bem-Estar Subjetivo – conceptualizados como a satisfação com a vida e com o sentimento de Felicidade”.

Por outro lado, Ander-Egg (1995), refere que este conceito se enquadra no âmbito das ciências sociais e das práticas sociais, em consequência de vários factos e circunstâncias históricas.

Estes factos e circunstâncias que incidem no aparecimento e desenvolvimento da conceção e prática do bem-estar social, são os mesmos que têm incidido no aparecimento da conceção do Estado de bem-estar e da política social, nomeadamente as propostas formuladas pelos economistas ingleses acerca do *Welfare State* (Estado de Bem-Estar), as lutas de sectores populares para conseguir melhores condições de vida, o desenvolvimento e materialização dos direitos sociais, e a preocupação pelos denominados “aspectos sociais do desenvolvimento”.

É neste contexto que aparece o conceito de bem-estar social, como sendo um conjunto de leis, por um lado, e os programas, benefícios e serviços que por outro lado se estabelecem para assegurar ou robustecer a provisão de tudo aquilo que se consideram as necessidades básicas para o bem-estar humano e o melhoramento social.

Por outro lado, salienta-se ainda o facto de que durante mais de duas décadas termos assistido à utilização do conceito de bem-estar social que, apesar das ambivalências, sempre se referiu a uma melhoria do bem-estar de uma população, constante e paralelo ao desenvolvimento económico.

No entanto, o conceito de bem-estar social tem vindo a sofrer algumas alterações ao longo dos tempos, sendo que a expressão passa a utilizar-se com propósitos muito variados, agrupando-se os diferentes significados e distinguindo-se por quatro metas diferentes, nomeadamente os objetivos gerais orientados para se conseguir a justiça social e níveis de vida para todos, que neste caso é, o equivalente aos bem-estar humano, variedade de medidas que, a juízo (na opinião) de uma administração nacional, contribuem diretamente para se conseguir os objetivos gerais mencionados, conjunto de princípios e normas acerca de algumas necessidades dos seres humanos na sua qualidade de membros de família e comunidades, e as técnicas

profissionais que têm por objeto ajudar a satisfazê-las, e por último um conglomerado de programas, institucionais e serviços especializados que têm por objeto satisfazer certas necessidades residuais não incluídas noutra tipo de ação setorial e que exige um certo grau de ajuda financeira, supervisão e reconhecimento por parte do setor público.

Importa referir ainda alguns estudos e teses de investigação realizados recentemente em Portugal e que abordam a temática do bem-estar social junto das pessoas idosas.

Salienta-se assim um estudo de mestrado realizado recentemente sobre a promoção do bem-estar global na população sénior e o seu contributo para a Autoestima, a Auto percepção e o Bem-Estar subjetivo em idosos ativos e sedentários, e cujas conclusões referem que os níveis de autoestima e bem-estar são superiores em idosos que têm uma vida ativa e uma prática regular de atividade física. Este facto destaca assim que é muito pertinente que os idosos participem em ações e atividades motivacionais, de modo a que os seus níveis de autoestima e bem-estar social sejam desenvolvidos e melhorados.

Por outro lado, foi também realizado um estudo na Universidade de Aveiro sobre o tema do contributo das TIC para a qualidade de vida das pessoas idosas. As principais conclusões deste estudo dizem respeito ao facto de que a utilização das TIC aumento a qualidade de vida das pessoas idosas na medida em que permitiu diminuir a solidão, aumentar a frequência da comunicação entre familiares e amigos e o acesso à informação. Esta investigação refere ainda que as Tecnologias de Informação e Comunicação são uma mais-valia para os idosos, já que é uma forma de ocupação dos tempos-livres.

Destaca-se também um estudo realizado em 2011, em Portugal, sobre a temática dos idosos na aquisição de competências TIC, cujo principal objetivo foi verificar em que medida as Novas Tecnologias contribuem para a qualidade de Vida e para o Bem-estar dos idosos. As conclusões deste estudo baseiam-se no facto de as TIC/Internet contribuir para a diminuição da solidão e para o aumento da qualidade de vida e do bem-estar social da população sénior, na medida em que “oferecem” a esta população maior autonomia, maior bem-estar e integração social e por conseguinte maior qualidade de vida.

Capítulo 2: Metodologia

2.1.Objeto de Estudo

O Envelhecimento da população constitui-se como uma das principais problemáticas existentes nos países desenvolvidos, como é o caso de Portugal, sendo caracterizado por um vasto conjunto de alterações fisiológicas, psicológicas e sociais.

Por outro lado, os idosos residentes em meio rural vivenciam também situações de isolamento geográfico e social e diminuto acesso a serviços básicos, que muitas vezes colocam em causa o seu bem-estar e a sua qualidade de vida.

Torna-se assim importante que se promovam estratégias que contribuam para o envelhecimento ativo e para o bem-estar dos idosos, sendo de destacar a utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação, enquanto meio para colmatar situações de infoexclusão.

É objetivo principal deste estudo verificar em que medida a utilização das Novas Tecnologias em meio rural contribui para o bem-estar social dos idosos.

2.1.1.Pergunta de Partida

Em que medida a utilização das Novas Tecnologias em meio rural pode contribuir para o bem-estar social dos idosos?

2.1.2. Objetivo Geral

Compreender se a utilização das Novas Tecnologias contribui para o bem-estar dos idosos em meio rural.

2.1.3.Objetivo Específico

Promover a utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação em meio rural no sentido de melhorar o bem-estar da população sénior.

A ideia de desenvolvimento desta investigação, deveu-se ao facto de atualmente me encontrar a trabalhar na ADPM, no Gabinete de Intervenção Social, tendo como principais funções a dinamização de vários projetos direcionados à população sénior.

Um dos projetos em que mais estive implicada foi o “Margens” (este projeto terminou no passado dia 27 de junho de 2013), sendo que participava regularmente na implementação das sessões de contacto com as novas tecnologias, nas várias localidades do concelho de Mértola.

Por esta razão, e visto que me encontro a realizar o Mestrado em Psicogerontologia Comunitária, considerei que seria muito pertinente verificar em que medida a realização das sessões e a utilização das novas tecnologias em meio rural pode contribuir para o bem-estar das pessoas idosas.

No que se refere à escolha da localidade onde esta investigação foi realizada, importa destacar que esta recaiu na comunidade da Amendoeira da Serra devido ao facto de ter conhecimento anterior sobre a existência de um grupo de seniores, que após ter participado nas sessões, se encontravam atualmente com uma elevada vontade e motivação em dar continuidade às mesmas.

Considero assim que a realização deste estudo poderá ser uma mais-valia para a população sénior do concelho de Mértola e especificamente para a população da localidade da Amendoeira da Serra, pois devido à sua localização geográfica, os seus habitantes (na sua maior seniores) vivenciam situações de infoexclusão, diminuto acesso a serviços básicos e por conseguinte um elevado isolamento geográfico e social e também situações de exclusão social.

O contacto com as novas tecnologias constitui-se como uma estratégia e uma oportunidade de colmatar as necessidades sentidas e também como uma possibilidade de promoção do bem-estar social junto dos mais velhos.

2.2.Tipo de Estudo

Quando se pretende realizar uma investigação e elaborar um projeto de Intervenção, é importante a definição da metodologia de intervenção, na medida em que a metodologia é a maneira de fazer, permitindo ao profissional e/ou investigador, estudar a forma mais adequada de abordar uma determinada problemática.

“La metodología es la parte de una ciencia que estudia los métodos a los cuales ella recurre (...). “ La metodología nos permite as ídelimitar y estudiar la o las maneras de actuar en trabajo social, la forma de proceder según un detreminado orden y siguiendo ciertos principios, es decidir el (los) método(s)” (Robertis, 1992:66).

Tendo em conta que a presente investigação se enquadra no âmbito do Mestrado em Psicogerontologia Comunitária, e que se pretende após a análise dos resultados da mesma, identificar as principais prioridades de intervenção e a consequente implementação de um Plano/Projeto de Intervenção, considerou-se que a metodologia de projeto seria a mais adequada a aplicar.

Por outro lado, e tendo em conta que a população abrangida pelo presente estudo é a população sénior da localidade da Amendoeira da Serra, e que a mesma apresenta características e necessidades específicas, esta metodologia tornou-se também a melhor para se aplicar a este grupo concreto, na medida em que irá permitir, a cada pessoa individualmente e ao coletivo realizar atividades e ações promotoras de mudança social e de promoção do seu bem-estar.

Neste contexto, importa destacar o que refere Guerra, (2000:118) “ A metodologia participativa de projeto é um instrumento que permite, simultaneamente, uma maior compreensão da realidade e uma maior eficácia dos meios e técnicas de intervenção.”

Por outro lado, e ainda segundo a mesma autora “ o que está sobretudo presente na metodologia participativa de projeto é o desenvolvimento da capacidade dos grupos sociais para definirem os seus objetivos e os meios e modos de os concretizarem-face a um futuro desejável”.

Gilberto Velho, citado por Guerra (2000:117) refere também que “ o conceito de projeto permite uma compreensão sociológica da ação social como um elemento decisivo de entendimento dos processos globais de transformação da sociedade, na medida em que se baseia nas ações racionais dos sujeitos com vista à concretização dos seus objetivos e ao controlo dos seus próprios destinos”.

Podemos assim corroborar que a metodologia de projeto se remete de extrema importância nesta investigação específica, pois irá permitir à população em estudo ter um papel “ativo” no que se refere à resolução das sua próprias problemáticas e necessidades.

Para além desse aspeto, e visto que no âmbito da Psicogerontologia Comunitária pretende-se também envolver e implicar a restante comunidade na presente investigação, o projeto que será desenvolvido futuramente irá permitir a

dinamização de atividades onde toda a comunidade (idosos, filhos e netos) terá a oportunidade de participar e desenvolver posturas ativas e promotoras de quebra de isolamento geográfico e social e melhoria do bem-estar e qualidade de vida de todos os envolvidos nas ações.

Segundo Guerra (2000:122) “ As características da metodologia de projeto, ao pretender estruturar a intervenção de forma planeada e articulada e ao assegurar-se de que isso é feito de forma participativa, tornam mais transparentes para todos os intervenientes os objetivos e o percurso de todo o projeto”.

Guerra (2000:126) salienta ainda que “Um projeto é a expressão de um desejo, de uma vontade, de uma intenção, mas é também a expressão de uma necessidade, de uma situação a que se pretende responder. Um projeto é sobretudo, a resposta ao desejo de mobilizar as energias disponíveis com o objetivo de maximizar as potencialidades endógenas de um sistema de ação garantindo o máximo bem-estar para o máximo de pessoas”.

Tendo em conta os aspetos referidos anteriormente destaca-se que a metodologia de projeto é um processo permanente e contínuo, voltado para o futuro e sistémico, porque abrange a totalidade dos fatores que incidem sobre o problema.

É também uma metodologia interativa e de reformulação constante e que se adapta a novos factos e realidades, sendo também uma técnica de coordenação de várias atividades, pessoas e recursos face aos objetivos propostos, bem como uma técnica de inovação e de mudança que exige uma contínua adaptação ao quotidiano do trabalho.

Deste modo, importa destacar que segundo Guerra (2000:128) a metodologia de projeto é constituída por várias fases, sendo que as principais etapas de desenvolvimento de um Projeto são a Identificação dos problemas e diagnóstico, a definição dos objetivos, a definição de estratégias, a programação das atividades, a preparação do plano de acompanhamento e de avaliação do trabalho e por último a publicitação dos resultados e estudo dos elementos para a prossecução do projeto.

Seguidamente serão descritas todas as fases de implementação do Projeto, bem como a operacionalização destas fases no presente estudo:

PRIMEIRA FASE: Identificação dos problemas e diagnóstico

Nesta fase é realizada a identificação dos problemas sobre os quais se pretende intervir e o entendimento das suas casualidades.

No presente estudo esta fase foi operacionalizada através da construção da questão de partida, nomeadamente verificar em que medida a utilização das novas tecnologias em meio rural contribui para o bem-estar dos idosos.

A ideia para o desenvolvimento desta investigação, sobre esta temática específica, partiu do facto de o envelhecimento populacional ser uma das principais problemáticas dos países desenvolvidos e no caso de Portugal essa realidade ser muito significativa.

Por outro lado, e visto que concelho de Mértola, onde esta investigação foi realizada, é um dos territórios onde se verifica uma maior taxa de população idosa, vivenciando a mesma situações de infoexclusão, isolamento geográfico e social e consequente exclusão social, considerou-se que seria de extrema importância realizar este estudo, como meio de contribuir para o desenvolvimento de estratégias de promoção de bem-estar das pessoas mais velhas.

Foram assim recolhidas um conjunto diversificado de informações relativas ao concelho de Mértola, à localidade da Amendoeira da Serra, ao contexto social e também às principais necessidades sentidas pela população sénior.

SEGUNDA FASE: Definição dos objetivos

Nesta fase são clarificadas as principais finalidades, os objetivos gerais e os objetivos específicos.

A presente investigação tem como principal objetivo geral compreender se a utilização das Novas Tecnologias contribui para o bem-estar dos idosos em meio rural e como objetivo específico promover a utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação em meio rural no sentido de melhorar o bem-estar da população sénior.

TERCEIRA FASE: Definição das estratégias

Nesta fase são clarificadas as grandes orientações do trabalho.

Tendo em conta a questão de partida e os objetivos gerais e específicos anteriormente referidos, considerou-se que as estratégias mais adequadas para se aplicar no desenvolvimento do presente estudo seriam a realização da Pesquisa Documental, a utilização da Observação Direta e também a realização da Entrevista

Semidiretiva aplicada aos participantes nas sessões de contacto com as novas tecnologias, no âmbito do Projeto “Margens”.

Após a aplicação das técnicas de recolha de dados junto da amostra previamente selecionada, foi também utilizada como técnica de análise de dados a Análise de Conteúdo, que permitiu identificar as principais respostas e opiniões dadas pelos entrevistados.

Este facto permitiu que fossem identificadas várias prioridades de intervenção, nomeadamente dar continuidade ao trabalho e às aprendizagens e conhecimentos adquiridos pelos participantes no contexto das sessões de contacto com as novas tecnologias, colmatar situações de isolamento geográfico e social existentes, valorizar as experiências e os conhecimentos dos idosos e também contribuir para o aumento do bem-estar, da autoestima e da motivação da população sénior.

QUARTA FASE: Programação das Atividades

Nesta fase realiza-se o estabelecimento das atividades que se pretendem implementar, a distribuição de responsabilidades e a calendarização dessas atividades.

Tendo em conta as prioridades de intervenção referidas anteriormente foi pensado e descrito um Plano de Ação que possa dar resposta a essas mesmas prioridades e que passa por dar continuidade à dinamização das sessões de contacto com as novas tecnologias junto da população sénior da Amendoeira da Serra, bem como pela realização de ações relativas à informática, onde toda a comunidade e todas as gerações possam participar.

As atividades, a distribuição das responsabilidades e a calendarização do referido plano de ação estão descritas no Capítulo 3.

QUINTA FASE: Preparação do Plano de Acompanhamento e de avaliação do trabalho.

Nesta fase estabelece-se um plano de avaliação do projeto.

Salienta-se que nesta fase e no presente estudo foram analisados todos os dados obtidos através da aplicação da Entrevista Semiestruturada, tendo sido feita uma avaliação de todos os dados, de modo a que se verificar e puder dar resposta à

questão de partida, ou seja verificar em que medida a utilização das novas tecnologias contribui para o bem-estar das pessoas idosas em meio rural.

Neste âmbito foi também realizada uma tabela de análise SWOT das sessões de contacto com as novas tecnologias, onde foram identificados os pontos fortes e fracos das sessões, bem como as principais ameaças e oportunidades existentes.

SEXTA FASE: Publicitação dos resultados e estudo dos elementos para a prossecução do projeto.

Esta é a ultima fase da metodologia de projeto e consiste em proceder à publicação dos resultados da investigação e à definição dos principais elementos que darão continuidade ao projeto de intervenção social que se pretende aplicar.

Assim, no presente estudo esta fase foi abordada através da realização das considerações finais e também através da finalização e entrega do trabalho final de Mestrado, onde se encontra incluída a proposta de realização de um futuro projeto de intervenção, passível de se poder implementar junto da população e comunidade em estudo.

2.3.Caracterização do meio envolvente

Neste ponto importa destacar as principais características do concelho de Mértola, na medida em que se desenvolveu a presente investigação numa freguesia do mesmo.

O Concelho de Mértola localiza-se no extremo sul da região do Baixo Alentejo, sendo atravessado de Norte a Sul pelo Rio Guadiana. O concelho é limitado a Norte pelos Concelhos de Beja e Serpa, a Oeste pelos Concelhos de Castro Verde e Almodôvar, a Sul pelo Concelho algarvio de Alcoutim e a Este pela província espanhola de Huelva.

A vila de Mértola, sede de concelho, dista 50 km de Beja e cerca de 240 km de Lisboa. Faro encontra-se a 117 km de distância e o Litoral Alentejano a 120 km.

O município divide-se em nove freguesias, nomeadamente Alcaria Ruiva, Corte do Pinto, Espírito Santo, Mértola, Santana de Cambas, S. João dos Caldeireiros, S. Miguel do Pinheiro, S. Pedro de Sólis e S. Sebastião dos Carros.

Deste modo salienta-se o facto do concelho de Mértola se caracterizar por ter uma população de aproximadamente 7.402 habitantes (segundo os resultados provisórios dos censos 2011), sendo um dos maiores concelhos do País, com uma área geográfica de 1279km².

Tabela 1: Estrutura Etária da População do Concelho de Mértola

Total	0-14 anos		15 – 24 anos		25 – 64 anos		65 ou mais anos	
	Nº.	%	Nº.	%	Nº.	%	Nº.	%
7402	655	9	627	9	3415	47	2507	35

Fonte: INE, Recenseamento da população 2011

Como se pode verificar, 35 % da população do distrito pertence ao grupo etário com mais de 65 anos. Em contrapartida, os grupos etários com idades mais jovens apenas apresentam um valor de 18%.

O concelho de Mértola é, dos treze concelhos do Baixo Alentejo, o que apresenta menor percentagem de jovens, assumindo este grupo etário (0-14 anos) um valor de 9% (valor inferior à média do distrito). Em contrapartida, apresenta a maior percentagem de idosos, 35%, valor bem superior à média do distrito (25%).

A estrutura produtiva do Concelho de Mértola é marcada pelo setor terciário que emprega cerca de 58 % da população ativa empregada, enquanto que o setor primário emprega apenas 19% da população e o secundário 23%.

Nas últimas duas décadas, tem-se assistido a um crescente processo de terciarização da base produtiva, em tudo semelhante ao que se tem verificado na região, impulsionado pela diminuição do número de ativos na agricultura e pelo aumento do emprego nos serviços, em particular na administração pública local.

Destaca-se que no que se refere ao Turismo, Mértola possui também uma grande diversidade de recursos, desde os naturais e ambientais (paisagísticos, desportivos e radicais) aos culturais (arqueológicos e patrimoniais).

Em termos de património natural destaca-se o Parque Natural do Vale Guadiana que dispõe de uma área aproximada de 70.000 hectares, o Pulo do Lobo:

Uma queda de água, situada entre as Vilas de Serpa e Mértola e originada pelo abaixamento do nível das águas do mar no período quaternário, e a Tapada Grande: Um grande lago destinado a lazer com praia fluvial, equipamento de restauração e esplanada, junto à aldeia da Mina de S. Domingos, em Mértola.

Relativamente ao Património Histórico e Cultural, destacam-se também as várias Igrejas, Castelos, Conventos, Museus, Torres, Ermidas e vestígios de antigas civilizações que fazem de Mértola a denominada “Vila Museu”

No entanto, as características demográficas desta região revelam um território onde é predominante o envelhecimento da população, a desertificação, o êxodo rural e uma reduzida e insuficiente oferta de apoios à faixa etária da terceira idade.

Deste modo, a população sénior é uma das categorias sociais mais vulnerável, vivenciando situações de exclusão social e isolamento. Estes aspetos estão relacionados com algumas características específicas dos mesmos, como é o caso da baixa formação escolar, sentimentos de solidão, auto desvalorização, baixos recursos económicos e consequente baixa autoestima.

No que se refere à comunidade onde se realizou a presente investigação, esta é a localidade da Amendoeira da Serra, sendo esta uma pequena aldeia do concelho de Mértola, pertencente também à freguesia de Mértola.

Esta freguesia caracteriza-se por ter uma população de 2824 habitantes, sendo que os residentes com mais de 65 anos são 799, entre os quais 338 residentes do sexo masculino e 461 do sexo feminino (segundo os resultados provisórios dos censos de 2011).

Tabela 2: População residente na freguesia de Mértola, segundo grupos etários e sexo

0 - 14 anos			15 - 24 anos			25 - 64 anos			65 ou mais anos			Total		
HM	H	M	HM	H	M	HM	H	M	HM	H	M	HM	H	M
277	144	133	296	166	130	1452	744	708	799	338	461	2824	1392	1432

Fonte: INE, Recenseamento da população 2011

As principais problemáticas com que esta Freguesia se depara consistem no envelhecimento da população, sendo muito diminuta a população residente que se encontra em faixas etárias mais jovens. Por outro lado, verifica-se também uma insuficiente rede de apoio aos idosos, nomeadamente em termos de atividades sociais, culturais e lúdicas, bem como a existência de situações de isolamento geográfico e social.

Apesar de todas as fragilidades sociais referidas anteriormente, importa salientar que uma das potencialidades mais relevantes da comunidade da Amendoeira da Serra é o facto de os seus residentes possuírem uma elevada motivação para a participação em algumas atividades lúdicas e sociais desenvolvidas por entidades do concelho, mostrando neste sentido interesse pela aprendizagem de novos conhecimentos e consequente implicação na melhoria do seu bem-estar e qualidade de vida.

Neste contexto, o presente estudo tem como objetivo primordial compreender em que medida a utilização das Novas Tecnologias em meio rural pode contribuir para o bem-estar dos idosos, bem como promover a utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação em meio rural no sentido de melhorar o bem-estar dos idosos. Considera-se que este aspeto é muito importante, pois o envelhecimento da população é um dos principais problemas com que os países desenvolvidos se deparam na atualidade, o que faz com que a existência de estratégias e ações promotoras de um maior envelhecimento ativo e uma maior qualidade de vida e autonomia sejam extremamente pertinentes para os idosos.

Neste âmbito as Novas Tecnologias constituem-se como uma mais-valia pois permitem quebrar situações de isolamento social e também a aquisição de novos conhecimentos que irão contribuir para um aumento do seu bem-estar.

Figura 1: Localização do Concelho de Mértola no mapa de Portugal



Fonte: <http://pt.wikipedia.org> - acedido em 27 de junho de 2013

Figura 2: Freguesias do concelho de Mértola



Fonte: <http://www.bejadigital.biz>-Acedido em 27 de junho de 2013

2.4. População e Amostra

A população do presente Projeto de Investigação foi constituída pela população sénior, com mais de 60 anos, residente na localidade da Amendoeira da Serra e participante nas sessões de contacto com as Novas Tecnologias no âmbito do Projeto “Margens”, nomeadamente nas duas fases do projeto que se realizaram especificamente nos anos de 2009 e 2011.

Efetivamente, a população total em estudo contava com 20 pessoas de ambos os sexos que participaram nas sessões.

A presente investigação trabalhou uma amostra constituída por um conjunto de nove pessoas de ambos os sexos que anteriormente participaram em Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias de modo a ser possível investigar de que forma a utilização das Novas Tecnologias em meio rural contribuiu para o seu bem-estar.

Esta amostra resultou da múltipla seleção dos entrevistados, na medida em que se verificaram algumas limitações e dificuldades em se contactar com todos os participantes nas ações, devendo-se este facto a diversos fatores, nomeadamente, a) falecimento de alguns dos participantes nas sessões, b) mudança de residência (alguns dos participantes já não residem na localidade da Amendoeira da Serra, encontrando-se institucionalizados ou residindo em casa de familiares) e/ou c)

Incapacidades/Doença (foi verificada também uma situação em que o participante tem como diagnóstico a doença de Alzheimer).

De referir ainda que a idade dos entrevistados (a partir dos 60 anos) não tendo sido um fator de seleção, para a participação neste estudo, foi, por inerência, um fator de decisão, na medida em que as sessões de contacto com as novas tecnologias foram direcionadas para a população sénior e por conseguinte, os participantes na formação foram os séniores.

Neste contexto, a idade da amostra abrangida, foi um pressuposto da realização das ações de formação, com influência natural no público-alvo do presente estudo.

Destaca-se ainda que foi, também, realizada uma Entrevista à coordenadora da Ação 4-Informação e Acessibilidades, desenvolvida pela Associação de Defesa do Património de Mértola. A entrevista foi adaptada e teve como principal objetivo identificar as mais-valias das ações para os participantes.

Estas Sessões foram dinamizadas no âmbito do Projeto “Margens”, sendo este projeto da responsabilidade da Santa Casa da Misericórdia de Mértola e inserindo-se nos Contratos Locais de Desenvolvimento Social, cujo principal objetivo é promover a inclusão social dos cidadãos através de ações, executadas em parceria, no sentido de colmatar situações de pobreza e exclusão social em territórios deprimidos.

As sessões de contacto com as novas tecnologias inserem-se na ação 4-Informação e Acessibilidades e são realizadas pela Associação de Defesa do Património de Mértola. Esta ação teve como principal meta possibilitar aos mais velhos o contacto com um mundo estranho e alheio às suas vivências, e por outro lado, a sua ocupação através de uma atividade que promova a sua autoestima e a inclusão na sociedade do conhecimento.

O critério para a seleção da amostra foi definido pelos seguintes princípios:

- concordar em participar na investigação;
- ter participado na 1ª ou na 2ª fase (ou em ambas) das sessões de contacto com as Novas Tecnologias.

Seguidamente será apresentada uma tabela com as principais características da amostra em estudo:

Tabela 3: Caracterização da Amostra em estudo

Entrevistado	Idade	Sexo	Estado Civil	Habilitações Literárias
1	79	F	Viúva	4ª Classe
2	79	F	Casada	2ª Classe
3	79	M	Casado	4ª Classe
4	65	F	Casada	4ª Classe
5	73	F	Casada	4ª Classe
6	82	M	Casado	1ª Classe
7	60	F	Casada	4ª Classe
8	71	F	Casada	3ª Classe
9	75	F	Viúva	S/Escolaridade

Através da análise à tabela anterior, pode verificar-se que a maioria dos entrevistados tem 65 ou mais anos de idade, sendo que apenas foi identificado o caso de um entrevistado com menos de 65 anos.

Por outro lado, os entrevistados do sexo feminino estão em maioria (7), em comparação com os do sexo masculino (2). Verifica-se também que o Estado Civil predominante é o casado, existindo apenas dois entrevistados que têm como estado civil a viuvez.

Por último, destaca-se também que toda a amostra em estudo não possui além das habilitações literárias do 1º ciclo, sendo que a sua maioria tem apenas a 4ª Classe da antiga Escola Primária.

Existem ainda três casos em que os entrevistados possuem apenas como habilitações literárias a 3ª, a 2ª e a 1ª classe, e um caso muito significativo em que o entrevistado não possui qualquer tipo de escolaridade.

2.5. Instrumentos de Recolha de dados

Na presente Investigação a metodologia utilizada é a Metodologia de Projeto. Neste âmbito e tendo em conta que a amostra foi constituída por um número reduzido

de pessoas considerou-se que a técnica de recolha de dados mais adequada seria a aplicação da Entrevista Semidiretiva.

Quivy (1995:191) refere que “nas suas diferentes formas, os métodos de entrevista distinguem-se pela aplicação dos processos fundamentais de comunicação e de interação humana. Corretamente valorizados, estes processos permitem ao investigador retirar das entrevistas informações e elementos de reflexão muito ricos e matizados. Ao contrário do inquérito por questionário, os métodos de entrevista caracterizam-se por um contacto direto entre o investigador e os seus interlocutores e por uma farta diretividade por parte daquele. Instaura-se assim, em princípio, uma verdadeira troca, durante a qual o interlocutor do investigador exprime as suas perceções de um acontecimento ou de uma situação”.

Esta técnica foi aplicada junto da amostra anteriormente referida, nomeadamente um conjunto de nove pessoas com mais de 60 anos residentes na localidade da Amendoeira da Serra e que anteriormente participaram em sessões de contacto com as novas tecnologias, no âmbito do Projeto “Margens”. Destaca-se o facto de se ter solicitado a todos os entrevistados autorização prévia para a realização e gravação das entrevistas, bem como para a utilização das mesmas na presente investigação.

A aplicação deste instrumento de recolha de dados teve como principal objetivo verificar se as aprendizagens adquiridas através da realização das sessões de contacto com as novas tecnologias foram uma mais-valia para o bem-estar dos idosos, nomeadamente no que se refere à diminuição do seu isolamento social, através do aumento da sua rede de contactos e também da promoção das relações sociais com familiares e amigos que se encontram distantes.

Tendo em conta os objetivos referidos anteriormente, a Entrevista teve como principal objetivo: a exploração da relação existente entre Tecnologias de Informação e Comunicação e o Bem-Estar. Por outro lado, as dimensões abordadas consistiram na Utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação e também na relação entre as Novas Tecnologias e o Bem-estar social. Por último e em termos de indicadores, estes foram constituídos pela experiência dos participantes nas sessões de Contacto com as Novas Tecnologias, pelo Perfil de utilização após as sessões de contacto com as Novas Tecnologias e pela melhoria do Bem-estar social dos idosos após a participação nas sessões de contacto com as novas tecnologias.

Todos os objetivos, dimensões e indicadores anteriormente referidos podem ser encontrados no guião da entrevista que se encontra no Apêndice 3.

Importa salientar ainda que foi realizada uma entrevista à Coordenadora da Ação 4-Informação e Acessibilidades. A entrevista foi constituída e baseada na entrevista aplicada aos participantes nas sessões, sendo que os conceitos, dimensões de indicadores abordados foram os mesmos das entrevistas aplicadas aos participantes (O guião da entrevista encontra-se no Apêndice 4)

O procedimento utilizado para a aplicação da entrevista foi o contacto direto entre o entrevistador e o entrevistado, aplicando-se as questões previamente definidas.

As respostas obtidas foram registadas através de um gravador de voz pelo entrevistador, em presença dos participantes e posteriormente transcritas e analisadas através da realização de grelhas de análise de conteúdo.

Estas entrevistas foram aplicadas aos idosos que anteriormente participaram nas sessões de contacto com as novas tecnologias e tiveram como objetivo verificar em que medida as mesmas contribuíram para a promoção do bem-estar dos idosos residentes em meio rural.

2.6.Técnicas de Análise de Dados

No que se refere às técnicas de análise de dados do presente estudo e tendo em conta a utilização da Entrevista Semidiretiva, considerou-se que a técnica mais adequada a utilizar seria a Análise de Conteúdo categorial temática.

Segundo Bardin (1977:9) “ A análise de conteúdo é um conjunto de instrumentos metodológicos cada vez mais subtils em constante aperfeiçoamento, que se aplicam a discursos extremamente diversificados”.

Bardin (1977:31) refere ainda que “A análise de conteúdo é um conjunto de técnicas de análise das comunicações. Não se trata de um instrumento, mas de um leque de apetrechos; ou, com maior rigor, será um único instrumento, mas marcado por uma grande disparidade de formas e adaptável a um campo de aplicação muito vasto”.

Por outro lado, Quivy (1995:226) refere que “A análise de conteúdo incide sobre mensagens tão variadas como obras literárias, artigos de jornais, documentos oficiais, programas audiovisuais, declarações políticas, atas de reuniões ou relatórios de entrevistas pouco diretivas. A escolha dos termos utilizados pelo locutor, a sua

frequência e o seu modo de disposição, a construção do discurso e o seu desenvolvimento são fontes de informações a partir das quais o investigador tenta construir um conhecimento”.

Neste sentido importa destacar que a análise de conteúdo na área da investigação social tem um lugar cada vez maior, pois permite tratar de forma metódica um conjunto variado de informação que apresenta diferentes graus de profundidade e de complexidade.

Tendo em conta o referido anteriormente, considerou-se que esta seria a técnica mais adequada para utilizar na presente investigação, na medida em que a Entrevista realizada foi constituída por perguntas abertas e semidiretivas, sendo também as respostas dos entrevistados muito diversas.

Neste âmbito estabeleceram-se os objetivos que se pretendiam alcançar com a aplicação da entrevista, tendo-se realizado para a mesma um modelo de análise, constituído com os principais conceitos, dimensões, indicadores e questões que se pretenderam abordar.

Salienta-se a importância da construção do modelo de análise, na medida em que o mesmo permite e dá a possibilidade de se poder explorar e compreender o melhor possível os fenómenos concretos que se pretendem estudar. O Modelo de Análise da Entrevista pode ser consultado nos Apêndices 1 e 2.

Segundo Quivy (1995:109) a construção do modelo de análise “ constitui a charneira entre a problemática fixada pelo investigador, por um lado, e o seu trabalho de elucidação sobre um campo de análise forçosamente restrito e preciso, por outro.

No presente trabalho de investigação, e após a realização de todas as entrevistas, foram realizadas grelhas de análise de conteúdo individuais para cada entrevistado, onde estão presentes os principais Descritores, Subdescritores e as Unidades de Registo. Estas grelhas de análise de conteúdo podem ser consultadas nos Apêndices 7 e 8.

A realização destas grelhas de análise de conteúdo teve como principal objetivo identificar os principais elementos e respostas dados pelos entrevistados no âmbito do estudo sobre o contributo da utilização das Novas Tecnologias em meio rural para o bem-estar social dos idosos, e deste modo puderem ser retiradas mais facilmente as principais conclusões do estudo.

2.7. Limitações do Estudo

Todos os trabalhos de investigação encontram algumas limitações e dificuldades.

Assim, as principais dificuldades encontradas ao longo da aplicação do presente projeto de investigação estão relacionadas com a impossibilidade de se contactar e aplicar o instrumento de recolha de dados (entrevista) a todos os participantes nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias na localidade da Amendoeira da Serra.

Esta dificuldade deveu-se a vários fatores, sendo de destacar os seguintes: falecimento de alguns dos participantes, mudança de residência e incapacidades/doença dos mesmos. Pelos motivos salientados anteriormente, num total de 20 participantes que constituíam a população, a amostra foi constituída apenas por 9 pessoas.

Deste modo, e inicialmente pretendia-se utilizar a técnica de recolha de dados por inquérito/questionário, no entanto e devido ao número reduzido de pessoas a inquirir, optou-se pela recolha de dados através da entrevista semidiretiva.

Esta técnica foi considerada a mais adequada, pois permitiu através de perguntas abertas e semidiretivas abordar de forma mais profunda e complexa a utilização das Novas Tecnologias em meio rural e o seu contributo para a melhoria do bem-estar social dos idosos.

Para além desse aspeto, os participantes puderam de uma forma mais simples e direta expressar a sua opinião relativamente aos vários temas questionados, sem estar limitados por respostas previamente realizadas.

Capítulo 3:

Apresentação e Discussão dos Resultados

No presente capítulo será realizada a análise dos resultados das entrevistas aplicadas aos participantes das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias e também à Coordenadora da Ação 4-Informação e Acessibilidades do Projeto “Margens”.

Esta análise tem como principais objetivos compreender os resultados obtidos, relacionando-os com os objetivos do estudo. Pretende-se ainda salientar e averiguar os resultados mais significativos no âmbito do contributo da utilização das Novas Tecnologias em meio rural para o bem-estar social dos idosos.

De destacar que a amostra do presente estudo foi constituída pela população idosa residente na localidade da Amendoeira da Serra, concelho de Mértola e participante nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias no âmbito do Projeto “Margens”.

Foi aplicada à referida amostra uma entrevista semiestruturada com o principal objetivo de identificar se a utilização das novas tecnologias em meio rural contribui para o bem-estar social dos idosos. Esta entrevista foi constituída através de diferentes dimensões, nomeadamente a experiência dos participantes nas sessões de contacto com as novas tecnologias, o perfil de utilização após as sessões de contacto com as novas tecnologias e a relação entre a utilização das novas tecnologias e o bem-estar social dos idosos participantes.

Neste âmbito Importa salientar que os entrevistados são na sua maioria do sexo feminino (7), sendo o sexo masculino apenas representado pela entrevista de dois participantes. Os entrevistados têm uma média de idades de 65 anos e residem no seu domicílio, na localidade da Amendoeira da Serra, sozinhos ou em casal.

Destaca-se também que a análise dos resultados inclui a exploração combinada dos resultados da entrevista aplicada à coordenadora da ação 4 do Projeto.

A explanação dos resultados será realizada seguidamente, estando agrupada pelos principais conceitos e indicadores abordados no âmbito das entrevistas:

3.1. A experiência de participação nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias

- Avaliação Geral:

Relativamente à primeira questão da entrevista, esta consistiu na caracterização da experiência de participação nas sessões de contacto com as novas tecnologias e tal como se pode corroborar através da resposta do entrevistado 3 “*Eu nunca esperava na vida aprender os computadores*”. Por outro lado o entrevistado 7 salienta o seguinte: “*É assim, correram bem. Eu gostei imenso e gostava até de me evoluir um bocadinho mais acerca das novas tecnologias. Eu gostava de facto que continuasse mais um bocadinho...*”. O entrevistado 3 refere ainda que “*Por acaso gostei muito de lá andar...E pronto a gente faz camaradagem, faz amizade e as professoras foram muito boas para a gente...E gostei muito de lá andar...*”.

Ainda sobre esta questão e segundo a coordenadora desta ação a realização destas sessões foi muito importante, pois teve um carácter motivacional que contribuiu para a aquisição de novas competências junto da camada mais idosa da população do concelho de Mértola, tendo-se verificado no entanto alguma dificuldade na fase de inscrição. Este aspeto é salientado na seguinte citação: “*há sempre dificuldade na fase de inscrição porque a motivação para este tipo de ações na camada sénior é sempre mais difícil*”. Apesar desse facto “*a motivação que é conquistada a seguir tem garantido, pelo menos até agora o sucesso das atividades*”.

Verificamos assim que as sessões de contacto com as novas tecnologias decorreram de uma forma positiva e são consideradas uma mais-valia para os participantes, na medida em que lhes permitiu adquirir novos conhecimentos e aprendizagens, bem como contactar com um equipamento “estranho” para a sua geração.

Por outro lado os participantes mostraram ao início das sessões alguma resistência, na medida em que a sua motivação não era elevada, no entanto, e com a continuidade das sessões essa motivação aumentou.

- O que os participantes gostaram mais e menos nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias:

No que concerne à segunda questão da entrevista, a mesma foi relativa ao que os participantes gostaram mais das sessões. Neste âmbito o entrevistado 2 refere que *“Agora aprender ali a escrever gostei muito”*, enquanto que o entrevistado 3 destaca que *“Eu praticamente gostei de tudo, mas o que gostei mais foi de escrever”*. Importa ainda destacar a resposta do entrevistado 6 que salienta *“O que gostei mais foi do pessoal estar ali todo em conjunto...e as pessoas descobrirem à gente certas coisas”*.

Através das respostas anteriores pode-se verificar que os aspetos que os participantes gostaram mais nas sessões foram os relacionados com a aprendizagem da escrita e também o convívio que se estabeleceu entre todos os participantes e também entre estes e a equipa do projeto.

Esta questão foi também colocada à coordenadora que indicou o seguinte: *“foi aquela motivação que inicialmente era fraca e com o decorrer das sessões, com o convívio que é proporcionado durante as sessões essa motivação para a participação tende sempre a aumentar”*. Por outro lado a coordenadora refere ainda que *“E portanto o próprio desbloqueio que existe entre os idosos e as novas tecnologias, nomeadamente as TIC é um grande progresso”*.

Pode concluir-se assim que o convívio e o contacto com as novas tecnologias proporcionaram um aumento da motivação, por parte dos idosos, para novas aprendizagens e conhecimentos.

Relativamente à questão sobre o que os participantes gostaram menos de aprender nas sessões, o entrevistado 2 refere que *“Mais ou menos gostei de tudo, porque pronto...não houve nada assim que eu não gostasse”*, enquanto que o entrevistado 3 refere que *“Era o tal ratinho. O ratinho é que tinha mais dificuldades”*. O entrevistado 7 refere ainda que *“gostei de tudo em geral. a falta da internet já se sabe...o problema é daqui”*.

Ainda no âmbito desta questão a coordenadora refere que *“o que corre menos bem, mais uma vez é a fase das inscrições” e também o facto de que “existem alguns aspetos mais técnicos como por exemplo o acesso à internet que nestas localidades, pelo menos aqui no concelho de Mértola, existem ainda muitas localidades onde o acesso à internet é fraco”*.

Salienta-se assim que os entrevistados consideram que as sessões decorreram de forma positiva, existindo apenas alguns aspetos técnicos que correram

menos bem, como é exemplo o diminuto acesso à internet. Este facto, por vezes, não permitia realizar todas as atividades e trabalhos propostos aos participantes.

A diminuta destreza dos participantes em contactar com o computador e as suas diferentes componentes, nomeadamente o “rato”, foi também um pequeno obstáculo que a equipa do projeto tentou rapidamente colmatar.

- Aprendizagens adquiridas nas Sessões:

Relativamente ao que os entrevistados consideram que aprenderam nestas sessões, as respostas são variadas, salientando-se algumas delas como é o exemplo do entrevistado 1 que refere *“Aprendi a escrever, quando as vírgulas, os pontinhos, essas coisas...pronto está mais ou menos...”*. Por outro lado o entrevistado 3 também salienta que *“Aprendi bastante. Olhe em primeiro lugar conviver uns com os outros e além disso fui aprender coisas que nunca pensava já na minha vida...”*.

Importa destacar também a resposta do entrevistado 7 *“Portanto, para já mexer num computador que é isso que me fazia uma confusão os meus netos, os miúdos pequenos mexerem e eu...aquilo não me dizia nada. Pronto, acho que é uma sensação totalmente diferente de escrevermos, de facto pudermos ter acesso com os filhos, com pessoas assim amigas e assim”*.

Deste modo pode concluir-se que para a maioria dos entrevistados ter a oportunidade de escrever no computador foi um aspeto muito relevante. O convívio com os outros colegas participantes também foi considerado uma mais-valia.

A coordenadora do projeto salienta também a avaliação da aprendizagem que os participantes desenvolveram no decorrer das sessões, como se pode constatar na seguinte citação *“as aprendizagens são diferentes, pronto. Há aquelas aprendizagens a idosos que até já estão numa situação de alguma dependência e não têm tanta disponibilidade mental para a aprendizagem seja ela a que nível for. Ai é bom, os benefícios que se tiram dessas pessoas é a parte do convívio e a quebra do isolamento, enquanto que noutras pessoas, levam as sessões bastante a sério e mentalmente dispõem de capacidade que lhes permita desenvolver e aplicar estes conteúdos e falar sobre eles lá em casa”*.

- O que gostariam de ter aprendido mais nas Sessões:

Relativamente à questão do que gostariam de ter aprendido mais nas sessões, o entrevistado 3 refere que “ *Era chegar a compreender a internet. O facebook como agora se usa também*” e o entrevistado 4 salienta ainda que “ *Tudo o que eu pudesse aprender*”. Por outro lado e ainda neste âmbito o entrevistado 8 destaca “ *a gente nunca é demais o que aprende*” e o entrevistado 9 refere “ *Que aquilo durasse mais, podia ser que fosse aprendendo melhor*”.

Através destas respostas salienta-se a motivação dos entrevistados em participar na continuidade das sessões, bem como em ter acesso a novos conhecimentos, como são exemplo a internet.

Dando seguimento a esta tónica de respostas a coordenadora refere também que o que considera que os participantes gostaram mais de aprender nas sessões, através da seguinte citação: “ *Ah... Também varia muito. E varia consoante a motivação deles. Acho que para aquilo que os motivava mais...*”.

Sobre a questão do que considera que foi mais fácil de aprender por parte dos participantes nas sessões a coordenadora salienta que “ *se a pessoa, se é uma pessoa analfabeta, se calhar a parte da escrita, do fazer textos escritos, pronto, faz parte de uma componente mais difícil, porque a pessoa já por si não sabe escrever e não conhece as letras. E se calhar para essa pessoa é mais fácil fazer um desenho*”, “ *enquanto que para outras é mais fácil olhar para o teclado e escrever os textos. Ah...para aquelas pessoas que contactaram pela primeira vez com o computador, é muito interessante o processo de destreza que é necessária para lidar com o computador, mexer no rato, como é que funciona o campo do ecrã...*”.

Pelo contrário, o que é considerado mais difícil de aprender por parte dos participantes está relacionado com a motivação de cada pessoa e também com os vários tipos de incapacidade que cada um possui, tal como se pode corroborar em “ *Existem pessoas muito motivadas e que não conseguem porque têm problemas de visão, por exemplo e a equipa do projeto até se empenhou bastante para tentar com que esse aspeto não constituísse mais um obstáculo*”, “ *Portanto varia muito consoante as incapacidades e as dificuldades das pessoas e em que nível se encontram de analfabetismo*”.

Assim, pode dizer-se que a motivação dos participantes nas sessões de contacto com as novas tecnologias, tal como refere a responsável da ação “ *Varia consoante a motivação e a aprendizagem e a formação de cada participante*”.

- Sugestões dos participantes para melhorar futuras Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias:

Algumas das sugestões referidas pelos participantes nas sessões, estão relacionadas com a melhoria do acesso à internet, tal como se pode constatar com a resposta do entrevistado 1 *“Os computadores não apanhavam...” (internet) “.*

Outra sugestão que foi referida esteve relacionada com a continuidade das sessões, tal como se pode verificar nas seguintes respostas: Entrevistado 2 *“Se puder ir gostava de ir aprender mais qualquer coisa. Não é que me sirva já para nada, mas...”*; Entrevistado 6 *“Se viessem cá outra vez, gostava de fazer lá alguma coisa, mas o que é, é que a influência já não é...”*; Entrevistado 7 *“gostaria de continuar porque isto foi muito bom. Hoje em dia como é o computador que nos leva a certos sítios e temos de fazer tudo através do computador, como eu estou a ver, pronto...gostava mesmo de aprender”* e Entrevistado 8 *“a gente continuar a ver se conseguia mais alguma coisinha. Porque a gente aprendeu a fazer, mas...sabe...”*.

- Conhecimentos anteriores sobre Novas Tecnologias e utilização do computador:

No que diz respeito à questão sobre se antes da participação nas sessões os participantes já tinham algum conhecimento sobre o que eram as Novas Tecnologias e se usavam computador, os entrevistados na sua maioria responderam que não conheciam e não usavam computador, tal como se pode constatar nas suas respostas, nomeadamente a do entrevistado 7 que nos diz que *“Não, nada. Até me fazia aflição tocar. E sabia, tinha conhecimento do que é que era um computador, só que o medo era tanto que não me atrevia a tocar”*.

Apenas o entrevistado 9 refere que já tinha algum conhecimento do que eram as Novas Tecnologias *“Já, já. Não utilizava porque os meus filhos têm e quando lá estou vejo”*.

Destaca-se assim que nenhum dos entrevistados referiu que usava computador antes da sua participação nas sessões.

- Utilização do computador após a participação nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias:

Sobre a questão relativa à utilização dos computadores após a participação nas sessões, salientam-se as seguintes respostas: Entrevistado 1 *“Não, eu não comecei a utilizar, só que quer dizer que às vezes cá mesmo entre mim eu dizia...era um passatempo engraçado para a minha vida, que estou aqui sozinha, porque antes ouvia-se, pronto, falar em computadores e os meus filhos têm essas coisas, agora aqui não”*; Entrevistado 2 *“ Não, não passei, não passei... Porque uma pessoa já é velhota”*; Entrevistado 3 *“ Não comecei. Por causa da vista”* e o Entrevistado 4 *“ Não. Adorava, mas não tenho dinheiro para comprar um computador. Mas adorava ter computador”*.

Apenas o entrevistado 7 refere que *“ vou fazendo aqui alguma coisa aqui em casa ou escrevo para não perder o treino”*.

Pode assim concluir-se que a maioria dos participantes após a participação nas sessões não passou a usar o computador. Este facto deve-se a vários fatores, nomeadamente à sua idade, à sua saúde e/ou incapacidades e também a fracos recursos económicos.

- Utilidade dos conhecimentos adquiridos nas Sessões:

No que se refere à utilidade dos conhecimentos adquiridos nas sessões, destacam-se as seguintes respostas: Entrevistado 2 *“ Sim, são bons, são úteis...”*; Entrevistado 3 *“ Foram úteis sim. Para tudo”*; Entrevistado 4 *“ Foram úteis porque...olhe eu não sabia mexer nos computadores e fiquei mais ou menos a perceber como é que aquilo funciona”*; Entrevistado 6 *“ Sim. Uma pessoa dizia uma coisa, outra pessoa dizia outra e sempre ia aprendendo alguma coisa. Aprendi mais naquilo que ouvia do que daquilo que estava a ver”*; Entrevistado 7 *“ Sim, são úteis. Toda a gente deve saber. Porque as novas tecnologias são...pronto é o que se está a ver para o futuro e então é isso que nós precisamos de facto aprender mais um bocadinho”*; Entrevistado 8 *“ Sim. A gente ficou com outra experiência que não tinha, porque não sabia. Pronto, a gente não sabia nada dessas coisas. Não conhecia nada disso. Agora já dali tira mais uma ideiazinha do que é que é”* e por último o Entrevistado 9 *“ Porque eu gostava de ir ali aquele bocadinho. Estava ali aquele pouco tempo ou muito. Eu achava sempre pouco, num instante se passava”*.

Os participantes consideram assim que os conhecimentos adquiridos nas sessões foram úteis e uma mais-valia, na medida em que lhes permitiu contactar com uma realidade diferente, adquirir novos conhecimentos que consideram importantes para o seu futuro e também pelo convívio que se estabeleceu entre todos os envolvidos no projeto.

3.2. Perfil de Utilização após as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias

- Frequência da utilização do computador após a participação nas Sessões:

No que se refere à dimensão relativa ao perfil de utilização após as sessões de contacto com as Novas Tecnologias, foi questionado aos participantes se utilizavam atualmente o computador de forma regular, ao qual o Entrevistado 1 referiu o seguinte *“Não, não... Porque não tenho computador e é uma coisa cara e eu é uma coisa que eu já não estou fazendo esforços de tirar algum dinheirinho cá da minha fraca pensão que recebo para estar empregando numa coisa que praticamente não me dá utilidade nenhuma”*. Por outro lado o entrevistado 2 respondeu que *“ Não, não utilizo, porque nem sequer tenho”*.

O Entrevistado 7 relativamente à mesma questão refere no entanto que *“ Sim, quer dizer...duas vezes por semana, uma coisa assim...em partida só à noite que me ponho aqui um bocadinho. Vou escrevendo, outras vezes é um jogo que é para não perder assim o treino das teclas e assim”*.

Verificamos assim que a maioria dos participantes não utiliza o computador regularmente, existindo muitos entrevistados que após o término das sessões nunca mais utilizaram o computador. Este aspeto está relacionado com o facto de não possuírem computador em casa.

A resposta da coordenadora vai também neste sentido *“ Portanto, a maioria das pessoas, cá está, não tem computador em casa e portanto não utiliza. Algumas pessoas sim”*. Tendo em conta este facto a responsável considera ainda que *“ Para quem tem um computador ou tem acesso a um computador é gratificante e é uma mais-valia e é uma oportunidade de dar continuidade à aprendizagem. Para quem não*

tem é uma aprendizagem infelizmente estanque, pronto deixa só de ser um tema estranho e alheio a estas pessoas que eram até à data das sessões”.

3.3. Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o Bem-Estar social

- Mudanças ocorridas no dia-a-dia dos participantes:

Neste âmbito foi questionado aos participantes de que forma a formação em que participou mudou o seu dia-a-dia e as respostas mais significativas foram as seguintes: Entrevistado 1 *“Não mudou nada no meu dia-a-dia. Só que eu penso assim, pronto, penso assim que foi um passatempo em que ali se juntávamos, com aqui a vizinhança e com aqui vocês todas, foi uns poucos que ali passámos divertidos”*; Entrevistado 2 *“ Ah...Praticamente pouco mudou. Pois, porque enfim a gente...a vida é sempre igual, aqui nos montes a vida é sempre a mesma, mais ou menos pouco mudou...”*; Entrevistado 3 *“ Mudou bastante. Gostei muito de ter aprendido”*; Entrevistado 6 *“ Ah eu acho que uma pessoa já não aprende nada disso e ficou tudo na mesma”*; Entrevistado 7 *“ eu nesse sentido sentia-me assim um bocadinho atrasada e agora sinto-me um bocadinho...poucoquinho...mas um bocadinho mais evoluída”* e por último a resposta do Entrevistado 9 *“Olhe o que mudou é que eu sou um bocado nervosa desde que o meu marido faleceu. Apanhei uma grande crise de nervos porque ele foi muito novo e de repente...e então parece que melhorei os meus nervos, tenho mais vontade de pronto fazer as coisas”.*

Pode assim verificar-se que existem participantes que consideram que a sua participação na formação influenciou algumas mudanças ocorridas no seu quotidiano, nomeadamente em termos de aquisição de conhecimentos e também em termos sociais e de saúde. No entanto, verifica-se também que existem participantes que consideram que as mudanças ocorridas foram poucas, não salientando nenhum aspeto em específico.

Os elementos referidos anteriormente vão também de encontro ao que refere a coordenadora do projeto: *“ E mudou...assim, a própria participação nas sessões, a maioria das sessões aconteciam duas vezes por semana. E para grupos onde nunca acontece nada nas suas localidades, porque há localidades no concelho de Mértola bastante isoladas, para esses grupos de facto foi uma mudança nas rotinas, sim”.*

Considera-se assim que a própria realização das sessões foram em si mesmas uma mudança na vida dos participantes, na medida em que quebraram a rotina do seu dia-a-dia e contribuíram para um maior convívio entre todos os envolvidos.

- Mudanças ocorridas na vida dos participantes:

No seguimento da pergunta anterior, foi também colocada aos participantes a seguinte questão: O que mudou na sua vida após iniciar a utilização do computador? Relativamente a este ponto o Entrevistado 2 refere que *“Também não mudou, porque não utilizo, pois...se eu utilizasse tinha mudado, não é verdade? Mas não utilizo... gostei muito de andar além e de aprender aquele pouco que aprendi, mas não mudou nada porque não uso (computador) ”*.

Por outro lado o Entrevistado 3 referiu também que *“Mudou o seguinte: antes não percebia nada disso e agora se ver aí a escrever compreendo o que estão a fazer”*. Importa ainda referir que o que o Entrevistado 7 respondeu: *“Mais ou menos, quer dizer...porque não faço assim uso diário. Pouca alteração teve”*.

Verifica-se neste contexto que a maioria dos participantes consideram que iniciar a utilização dos computadores não influenciou a ocorrência de mudanças significativas na sua vida. Salienta-se que este facto pode ter como causa a não continuidade de utilização dos computadores.

- Autoestima dos participantes:

No que se refere à melhoria da sua autoestima, após começar a trabalhar com as Novas Tecnologias, O Entrevistado 3 refere que *“Sim. Sinto-me muito melhor”*. Por outro lado o Entrevistado 5 salienta *“Não, sinto-me mais ou menos a mesma coisa, pois eu não aprendi, já não aprendia”*. O Entrevistado 7 refere também que *“Sinto-me melhor. Sinto-me mais, parece que evoluída, estimulada”*. Por último o Entrevistado 8 também destaca *“A gente em aprendendo qualquer coisa sempre fica com mais aquela influência”*.

Podemos assim concluir que a maior parte dos participantes refere que existiu uma melhoria da sua autoestima após começar a trabalhar com os computadores, sentindo-se mais motivados e com mais influência para a aquisição de novos conhecimentos.

No entanto, alguns participantes referem que não notaram melhorias na sua autoestima, estando este facto relacionado com a sua noção de velhice, na medida em que consideram que se não adquiriram novos conhecimentos enquanto jovens, não será nesta idade que irão aprender.

- Bem-estar dos participantes:

Relativamente à questão sobre o contributo da utilização das novas tecnologias para a melhoria do seu bem-estar, destacam-se as seguintes respostas: Entrevistado 1 *“E acho que isso...pronto para mim já não é nada, mas acho que aquilo é uma coisa importante, quem tiver capacidade de pronto, comprar o seu computador e passar ali um bocadinho, ali entregue aquelas coisas...acho que seja uma distração...”*; Entrevistado 2 *“Ah...Sim. Aquele tempo que andámos além gostei imenso e a gente sente-se bem com a camaradagem...”*; Entrevistado 4 *“ Pouco...Porque não tenho...”* (computador); Entrevistado 6 *“ Sim, no aspeto em que parece que a gente se desenvolve mais, parece que ficam mais coisas na cabeça do que lá estava”* e Entrevistado 9 *“ Sim, sinto-me melhor”*.

Na entrevista realizada à coordenadora, esta também refere o seguinte: *“ Sim, na medida em que contribui para a melhoria da autoestima e também estamos a contribuir para o bem-estar”*.

Após a análise desta questão verifica-se assim que no geral os idosos consideram que no seguimento do seu contacto com as Novas Tecnologias, o seu bem-estar aumentou.

Existem, no entanto alguns entrevistados que referem que o facto de não possuírem computador em casa é uma desvantagem, e por essa razão o seu bem-estar não melhorou tanto como seria o desejável.

- Convívio com os vizinhos:

No que se refere ao seu convívio com os vizinhos, após o contacto com os computadores, as respostas também são quase todas unânimes e vão de encontro ao seguinte: Entrevistado 1 *“Sim. Dou-me bem com todos, mas pronto eu aqui estou os meus dias e vocês passavam por aqui e lá se juntávamos além...”*; Entrevistado 2 *“ Pois claro, então com aquelas pessoas que a gente além trabalhou, com as professoras...com tudo...”*; Entrevistado 4 *“ Sim. Enquanto estávamos ali estávamos a*

conviver. Apesar de a gente não se dar mal. Eu pelo menos não me dou mal com nenhuma vizinha. Mas lá sempre estávamos mais juntas e era um convívio diferente”; Entrevistado 7 “ *Sim, porque nós acabamos por falar acerca do computador. Sim, aquele bocadinho fez-nos conviver mais um bocadinho, para nos conhecermos”;* Entrevistado 8 “ *Sim, porque a gente convivia mais uns com os outros ali aquele bocadinho e fora disso é lá quando é que a gente se junta”* e por último a resposta do Entrevistado 9 “ *Sim, gostava de estar ali a gente todos juntos porque a gente pouco se junta... Isto é tudo já gente com a idade avançada e então estar ali (nas sessões) um bocadinho distraia”.*

Importa ainda destacar o que referiu a coordenadora “ *Porque às vezes mesmo em pequenas localidades há pessoas que têm muita dificuldade em sair de casa. E o participar nas sessões constituiu ali uma oportunidade de convívio e de familiarização, de partilha, onde para muitos que não conheciam nada... e partilhou-se o desconhecimento inicial, partilhou-se a progressão ao longo das sessões e portanto acho que melhorou o convívio entre os vizinhos”.*

Constatamos assim que o contacto com as Novas Tecnologias é considerado pela maioria dos beneficiários das sessões uma vantagem para a melhoria do convívio entre os vizinhos da localidade, na medida em que durante o espaço de tempo em que decorriam as sessões, todos conviviam e partilhavam aprendizagem e experiências.

- Relação familiar:

Relativamente à questão relacionada com o contributo das Novas Tecnologias para a melhoria da relação familiar, o Entrevistado 1 refere que “*Ah...isso aí é uma coisa que pronto a relação com a minha família esteve sempre bem”.*

O Entrevistado 2 refere no entanto que “ *Ah, cá está, isso não melhorou porque eu não tenho computador e não convivo com eles, não tenho essas coisas e não convivo com eles, porque se tivesse...”.*

Por outro lado importa também destacar a resposta do Entrevistado 6 que indica que “ *Com a minha família? Já tenho falado, quando vem cá a minha filha, oiço falar que já tem um computador, para ficar a saber, tem de ser falar nisso”.* A resposta do Entrevistado 7 também é elucidativa desta realidade, como se pode corroborar através da sua resposta “ *Sim, quer dizer eu já tinha uma boa relação com eles, mas*

acerca das novas tecnologias sim, porque eles estão interessados em que eu evolua mais um bocadinho para de facto poder contactar com eles”.

A coordenadora da ação refere também que “*Não tanto como o desejável, mas sim, temos tido esse feedback de avós que têm os netos em casa e que agora já sabem utilizar o computador. Quando os netos lhe dizem que estão a enviar um email para os idosos, eles já sabem do que é que se trata. E pronto, nesse sentido aproximou ali, quanto mais não seja pela uniformização da linguagem digital que até à data era desconhecida para os idosos”.*

Pode concluir-se assim que o contacto com as Novas Tecnologias por parte dos idosos contribuiu em alguns casos para uma aproximação familiar, na medida em que os computadores já não são considerados como um equipamento “desconhecido”. Este facto fez com que os idosos passassem a conversar sobre esse tema com os membros mais novos da sua família.

- Globalidade das mudanças ocorridas na vida dos participantes:

A última questão colocada aos participantes durante a entrevista esteve relacionada com as mudanças ocorridas em termos globais na sua vida, após o contacto com as Novas Tecnologias.

Verificou-se neste contexto uma diversidade de respostas, como se pode corroborar através das seguintes respostas: Entrevistado 1 “*Acho que a vida continua igual, só que pronto, é este ponto que eu já lhe citei, que através de vocês (sessões dos computadores) fui encontrar pessoas amigas e conhecidas que já havia naos que não se víamos, não sabíamos se eramos vivos, se eramos mortos...”*”; Entrevistado 3 “*Foi uma coisa boa, uma coisa muito boa. O inventor que inventou isso tinha de ser uma pessoa com uma grande cabeça. Grande inteligência”*”; Entrevistado 5 “*Para mim não acho que mudou...não sei”*”; Entrevistado 6 “*Não. Gostei de andar lá, mas a coisa de achar que mudou ou não mudou, parece que acho que está tudo na mesma*” e por último o Entrevistado 7 “*pouco, mas eu gostaria que tivesse mudado mais, porque gostaria de ter mais atividade nesse sentido”*”.

Destaca-se ainda a resposta da coordenadora que refere o seguinte “*mudou também no convívio com o resto dos participantes na mesma localidade, portanto formaram-se ali um grupo e as pessoas passaram a pertencer a um grupo. E mudou*

também pelos conhecimentos e pelas relações que se estabeleceram com a equipa, com a equipa do projeto que são sempre importantes”.

Pode assim concluir-se que em termos de mudanças globais ocorridas na vida dos participantes, após o contacto com as Novas Tecnologias, as mais significativas vão de encontro a um maior convívio com os vizinhos e com a sua rede familiar.

Existem, no entanto, alguns participantes que referem que nada ou pouco mudou na sua vida, pois continuam a ter as mesmas rotinas diárias.

- Sugestões para um futuro Plano de Ação desta iniciativa:

Por último, foi também questionado à coordenadora o que futuramente consideraria importante mudar no plano de ação desta iniciativa. A resposta foi a seguinte “ *Portanto, o que eu mudaria era só alguma flexibilidade, alguma possibilidade de continuidade mesmo que mais reduzida, mas uma possibilidade mínima de continuidade das ações”.*

Através da análise dos resultados realizada e tendo em conta a questão de partida da presente investigação, nomeadamente em que medida a utilização das novas tecnologias em meio rural contribui para o bem-estar dos idosos, considera-se que a mesma foi respondida de forma positiva, pois através das respostas dos participantes verificou-se que os idosos ao participarem nas sessões adquiriram novos conhecimentos, aumentaram a sua motivação e a sua autoestima, mudaram as suas rotinas diárias e melhoraram o seu convívio com os vizinhos e a família.

Todos estes fatores são indicadores que contribuem para o bem-estar da população sénior residente em meio rural, pois permitem colmatar algumas das principais necessidades sentidas. Torna-se assim evidente a relação entre o aumento do bem-estar do idoso e o contacto com as Novas Tecnologias.

Em conclusão, considera-se que deverá existir uma continuidade do projeto e especificamente da Ação 4-Informação e Acessibilidades, de modo a que os participantes pudessem adquirir novos conhecimentos e aprendizagens no âmbito do contacto com as Novas Tecnologias, pois as mesmas são consideradas uma vantagem e uma mais-valia para a vida dos idosos, nomeadamente no que se refere ao combate do isolamento social e também à promoção da sua autoestima e do seu bem-estar.

Tabela 4: Análise Swot das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias

Análise SWOT	
Pontos Fortes das Sessões	Pontos Fracos das Sessões
<ul style="list-style-type: none"> - Vivência de uma experiência nova por parte dos participantes - Recordação de algumas aprendizagens do passado (leitura e escrita) - Aumento do convívio entre os participantes nas Sessões - Contacto com um equipamento desconhecido (computador) - Aquisição de Novos Conhecimentos e Aprendizagens - Aumento da autoestima dos participantes - Aumento do bem-estar dos participantes - Interação com novas pessoas - Mudança das rotinas diárias dos participantes 	<ul style="list-style-type: none"> - Acesso limitado à internet - Diminuta duração das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias
Ameaças	Oportunidades
<ul style="list-style-type: none"> - Isolamento geográfico e social - Diminuta utilização dos computadores após o final das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias - Baixos Rendimentos que não permitem a aquisição de equipamento informático - Noção negativa do conceito de velhice por parte dos participantes - Dificuldades de saúde/incapacidades dos participantes 	<ul style="list-style-type: none"> - Existência de um grupo de pessoas interessadas em continuar a adquirir conhecimentos sobre as Novas Tecnologias - Elevada motivação dos participantes para a aprendizagem das Novas Tecnologias

Capítulo 4:

Plano de Ação e Recomendações Finais

O presente trabalho de investigação tem como principal objetivo verificar em que medida a utilização das Novas Tecnologias em meio rural pode contribuir para o bem-estar social dos idosos e por outro lado promover a utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação em meio rural no sentido de melhorar o bem-estar da população sénior.

Foram aplicadas 9 entrevistas semiestruturadas a pessoas com mais de 60 anos, residentes na localidade da Amendoeira da Serra (concelho de Mértola) e participantes nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias no âmbito do Projeto “Margens”.

Após a análise de conteúdo das entrevistas, foram identificados alguns pontos fortes e fracos das sessões, bem como alguns obstáculos e oportunidades verificados no decorrer das mesmas.

Neste âmbito torna-se pertinente referir alguns dos pontos fortes das sessões nomeadamente:

- A oportunidade de proporcionar aos mais idosos a vivência de uma experiência nova;
- Permitir a recordação de algumas aprendizagens do passado (leitura e escrita);
- Proporcionar o aumento do convívio entre os participantes;
- Possibilitar a aquisição de novos conhecimentos e aprendizagens;
- Promover a interação com novas pessoas e de diferentes gerações;
- Contribuir para o aumento da autoestima e do bem-estar dos mais velhos;
- Promover a mudança das rotinas diárias dos participantes.

Por outro lado foi também indicado pelos participantes alguns aspetos menos positivos e relativos às sessões, tais como:

- A diminuta duração das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias;
- O acesso limitado à internet.

Para além disso verificaram-se também algumas ameaças/obstáculos que importam destacar:

- O isolamento geográfico e social;
- A diminuta utilização dos computadores após o final das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias;
- Os baixos rendimentos dos idosos que após o término das sessões não permitem a aquisição de equipamento informático;
- A noção negativa do conceito de velhice por parte dos participantes;
- A existência de dificuldades de saúde/incapacidades dos mesmos.

No entanto, existem também algumas oportunidades que importa salientar e que consistem em:

- Existência de um grupo de pessoas interessadas em continuar a adquirir conhecimentos sobre as Novas Tecnologias;
- A verificação de uma elevada motivação dos participantes para a continuidade da aprendizagem no âmbito das Novas Tecnologias.

Tendo em conta os aspetos referidos anteriormente, pretende-se estabelecer e implementar um plano de ação que possa dar resposta às prioridades de intervenção.

Estas prioridades consistem em: a) dar continuidade ao trabalho e às aprendizagens e conhecimentos adquiridos pelos participantes no contexto das sessões de contacto com as novas tecnologias, b) colmatar situações de isolamento geográfico e social existentes, c) valorizar as experiências e os conhecimentos dos idosos e, também, d) contribuir para o aumento do bem-estar, da autoestima e da motivação da população sénior.

Assim a fase de seleção das prioridades de intervenção, reveste-se de enorme pertinência, na medida em que permite estabelecer critérios que possibilitam a hierarquização das situações problema detetadas.

Salienta-se que se pretendem dinamizar várias ações de carácter social, lúdico e intergeracional, na medida em que se considerou que as mesmas serão as mais adequadas para colmatar as necessidades em causa.

Consistindo a presente investigação numa avaliação ao Plano de Ação desenvolvido pela ADPM no âmbito da ação 4 do Projeto “Margens”, e por outro lado, tendo-se optado pela metodologia de projeto enquanto metodologia a utilizar na

presente investigação, considera-se que o Plano de Ação proposto irá enriquecer a anterior proposta desenvolvida pela ADPM.

Esta proposta irá responder às necessidades e prioridades de intervenção identificadas anteriormente, nomeadamente através da continuidade das sessões de informática para idosos, iniciadas pela ADPM, e também através da iniciação de sessões de informática que permitam envolver pessoas de outras faixas etárias e gerações diferentes, como são exemplo a família dos participantes séniores. Considera-se assim que estas ações irão reforçar o projeto já desenvolvido anteriormente.

Relativamente à garantia de interesse e financiamento referente à adoção deste Plano de Ação, por parte da ADPM ou de outra instituição diferente, o que se considera ser pertinente de realizar é propor o projeto a essas mesmas instituições, salientando os resultados obtidos pelas anteriores atividades e as suas vantagens para os idosos, para o território abrangido e também para a própria instituição.

Após a apresentação da referida proposta e aceitação da mesma, o objetivo será candidatar o projeto a Programas e Fundos nacionais e comunitários, que permitam obter os orçamentos necessários para a dinamização das ações.

Seguidamente serão apresentados os principais objetivos, ações, metas e indicadores de resultados do Plano de Ação proposto:

Ficha de Plano de Ação

Eixo	Domínio	Ações	Objetivos específicos de cada ação	Indicadores de realização	Indicadores de impacto	Metas	Pessoa Responsável por ação	Recursos Humanos Afetos para além da Equipa	Recursos Financeiros
Utilização das Novas Tecnologias em meio rural	Promover a utilização das Novas Tecnologias em meio rural no sentido de melhorar o bem-estar da população sénior.	-Ação 1: Sessões de Informática para idosos - Ação 2: Sessões de Informática para toda a família	Ação 1: - Dar continuidade aos conhecimentos adquiridos nas sessões realizadas anteriormente - Permitir aos idosos o contacto com a internet - Colmatar situações de isolamento social e geográfico Ação 2: - Promover o contacto entre as diferentes gerações - Partilha de experiências e conhecimentos	Ação 1: - Nº de sessões dinamizadas - Nº de participantes nas ações - Aplicação de questionários de satisfação Ação 2: - Nº de sessões dinamizadas - Nº de participantes nas ações - Aplicação de questionários de satisfação	Ação 1: - Aumentar o nº de idosos participantes nas sessões Ação 2: - Nº de famílias participantes nas sessões de informática	Ação 1: - Aumento do nº de idosos a participar nas sessões de informática - Realização de 50 sessões Ação 2: - 10 Famílias participantes nas sessões - Realização de 20 sessões	Técnico Superior de Serviço Social. Este técnico será o responsável/coordenador do projeto e o responsável por todas as ações.	Dois monitores para a dinamização das sessões, nomeadamente um técnico de informática e um técnico da área social/animação	- Honorários do Coordenador: 8400€ - Honorários dos monitores: 8400€ - Divulgação do projeto e das ações: 800€ - Despesas de deslocação/transporte: 5000€ - Material de desgaste/Consumíveis para as sessões : 820€ Total: 23420€

Cronograma do Projeto

Atividades	Ano 2013						Ano 2014					
	Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maio	Junho
Levantamento das Necessidades												
Estabelecimento das Parcerias												
Atividade 1-Sessões de Informática para Idosos												
Atividade 2-Sessões de Informática para toda a família												
Aplicação do Questionário de Satisfação dos participantes												
Avaliação do Projeto												

Considerações Finais

O presente Projeto de Investigação teve como principal objetivo verificar em que medida a utilização das Novas Tecnologias em meio rural contribui para o bem-estar social dos idosos.

Considera-se que esta é uma questão muito pertinente na atualidade na medida em que o envelhecimento da população é um facto cada vez mais evidente na nossa sociedade.

Por este motivo torna-se extremamente relevante que se desenvolvam estratégias e ações que contribuam para o envelhecimento ativo, qualidade de vida e bem-estar da população sénior.

Deste modo, e tendo em conta que esta investigação foi realizada no concelho de Mértola e especificamente na localidade da Amendoeira da Serra, este Projeto foi pensado tendo por base uma das principais necessidades sentidas pela população, nomeadamente o diminuto acesso à informação e consequente infoexclusão.

Assim e dado que a utilização das Novas Tecnologias assume um papel preponderante para a atual Sociedade de Informação, ressalta-se a relevância que as Redes Sociais detêm na atualidade, sendo consideradas como uma mais-valia para a população sénior, nomeadamente em termos de promoção do contacto dos idosos com os seus familiares e amigos. Este facto contribui para que situações de isolamento geográfico e social sejam colmatadas.

A investigação realizada teve como amostra populacional os idosos participantes nas sessões de contacto com as Novas Tecnologias, no âmbito do Projeto “Margens” e o instrumento de recolha de dados utilizado foi a aplicação da Entrevista Semidiretiva.

Salienta-se ainda que foi também aplicada uma entrevista à coordenadora da Ação 4-Informação e Acessibilidades do referido projeto.

Após a realização das entrevistas aos participantes nas sessões e também à coordenadora da ação e posterior análise das mesmas, foram elencadas um conjunto de mudanças ocorridas na vida dos participantes.

Estas alterações estão relacionadas com a oportunidade que os idosos tiveram de vivenciar uma experiência nova na sua vida, tal como refere o entrevistado 3 *“Eu nunca esperava na vida aprender os computadores”*, a possibilidade de recordarem algumas aprendizagens do passado, tal como refere o entrevistado 5 *“De escrever as*

letras também. Conhecia as letras, mas não as sabia era juntar”, o aumento do convívio com os seus vizinhos, tal como salienta o entrevistado 7 “ Sim, aquele bocadinho fez-nos conviver mais um bocadinho, para nos conhecermos”, a melhoria da relação com a sua família, tal como destaca o entrevistado 3 “ Sim senhor, bastante. Em todos os aspetos...”, a melhoria da sua autoestima, como se pode corroborar através da resposta do entrevistado 7 “Sinto-me melhor. Sinto-me mais, parece que evoluída, estimulada” e do entrevistado 8 “ A gente em aprendendo qualquer coisa sempre fica com mais aquela influência”.

Para além desses aspetos, verificou-se também a existência de um grupo de pessoas interessadas em continuar a participar nas sessões de contacto com as novas tecnologias e o desejo de muitos dos participantes em continuar a aprendizagem, tal como se pode verificar pela resposta do entrevistado 2 “*Se puder ir gostava de ir aprender mais qualquer coisa*”, do entrevistado 7 que refere que “*Eu gostei imenso e gostava até de me evoluir um bocadinho mais acerca das novas tecnologias. Eu gostava de facto que continuasse mais um bocadinho...*” e também do entrevistado 8 “*A gente nunca é demais o que aprende*”.

Deste modo, e tendo em conta todas as respostas dos entrevistados relativas ao que aprenderam nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias, o que mais gostaram de aprender, o que os motiva, o impacto na sua vida, a melhoria do contacto com os vizinhos e com a família, e em última instância, o desejo de aprendizagens futuras enquanto indicador de bem-estar, tornam evidente a relação entre a utilização das novas tecnologias em meio rural e o aumento do bem-estar dos idosos

Torna-se assim muito pertinente o facto de se poder dar continuidade às sessões e às aprendizagens, nomeadamente através da implementação e dinamização de um Plano de Ação que permita a continuidade da aquisição desses mesmos conhecimentos e também que contribua para colmatar algumas das principais necessidades sentidas pelos participantes, nomeadamente situações de isolamento geográfico e social, infoexclusão e diminuto acesso a serviços básicos e de informação.

Considerou-se que a forma mais adequada para alcançar esse objetivo será a dinamização de um conjunto de atividades diversificadas, de caráter lúdico, social e intergeracional. Estas atividades serão constituídas por sessões de informática para idosos e por sessões de informática direcionadas a toda a família.

Bibliografia

ALVAREZ, Ângela et al. (2009), *Informática para a 3ª idade*, Santa Catarina, Ciência Moderna

AMARO, Fausto. GIL Henrique. (s/d), *Geronto-Formação-Formação nas idades avançadas para a info-inclusão*, Lisboa, Centro de Administração e Políticas Públicas do Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas da Universidade Técnica de Lisboa

AMARO, Fausto. GIL Henrique. (s/d), *Currículo “Geronto-Digital”: Os idosos e a sociedade da informação e do conhecimento*, Lisboa, VII Conferência Internacional de TIC na Educação

ANDER-EGG, Ezequiel. IDAÑES, Maria José Aguilar. (1995), *Diagnóstico Social-Conceptos y metodologia*, Argentina, Lúmen

ANDER-EGG, Ezequiel. IDAÑES, Maria José Aguilar. (1995), *Como elaborar un Proyecto-Guía para diseñar proyectos sociales y culturales*, Argentina, Lúmen

BAGGIO, Rodrigo. (2000), *A Sociedade da Informação e a Infoexclusão*, Brasília

BARDIN, Laurence. (1977), *Análise de Conteúdo*, França, Edições 70

BARTLETT, Harriet M. (1993), *A base do Serviço Social*, 4ª edição, São Paulo, Livraria Pioneira Editora

BELSKY, Janet. (1996), *Psicologia del envejecimiento- Teoría, investigaciones e intervenciones*, Barcelona, Masson S.A

BIROU, Alain. (1978), *Dicionário das Ciências Sociais*, Publicações Dom Quixote

CARMO, Hermano. (1996), *Exclusão Social, Rotas de Intervenção*, Lisboa I.S.C.S.P

COELHO, José Dias. (s/d), *Sociedade da Informação-O percurso português-Dez anos de sociedade de informação, análise e perspectivas*, Edições Silabo

COSTA, Alfredo Bruto da. (1998), *Exclusões Sociais*, Lisboa, Edição Gradiva

DIAS, Isabel. (2012), *O uso das tecnologias digitais entre os séniores-Motivações e Interesses*, Revista Sociologia, Problemas e Práticas, nº68, pág. 51-77

ECO, Umberto. (2007), *Como se faz uma tese em ciências Sociais*, 13ª edição, Lisboa, Editorial Presença

EU. (2007), *Envelhecer bem na sociedade da informação: Uma iniciativa i2010*, Bruxelas, Comissão das Comunidades Europeias

FALCÃO, Maria do Carmo. (1979), *Serviço Social-Uma nova visão teórica*, São Paulo, Cortes e Moraes

FERNANDES, Purificação. (2000), *A depressão no idoso*, Coimbra, Quarteto Editora

FERREIRA, Olívia et al. (2010), *Significados atribuídos ao envelhecimento: idoso, velho e idoso ativo*, Revista Psico-USF, volume 15, nº 3, Pág. 357-364

FONSECA, António. PAÚL, Constança. (2006), *Envelhecer em Portugal*, Climepsi Editores

GIL, Henrique Teixeira. (2011), *A Formação dos Idosos em TIC: Uma “emergência” da Sociedade da Informação*, Bragança, Instituto Politécnico de Bragança

GOMES, Frederico. FERREIRA, Paulo. (1985), *Manual de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, EBM

GONÇALVES, Daniela et al. (2006), *Promoção da qualidade de vida dos idosos portugueses através da continuidade de tarefas produtivas*, Revista Psicologia, Saúde & Doenças

GUERRA, Isabel Carvalho. (2000), *Fundamentos e Processos de Uma Sociologia de Acção-o Planeamento em Ciências Sociais*, 1ª edição, Cascais, Principia

KACHAR, Vitória. (2003), *Terceira Idade e Informática-Aprender revelando potencialidades*, São Paulo, Cortez Editora

MOURA, Cláudia. (2006), *Século XXI-Século do Envelhecimento*, Loures, Lusociência

NETTO, Matheus. (2000), *Gerontologia-A velhice e o envelhecimento em visão globalizada*, São Paulo, Atheneu

Núcleo Executivo da Rede Social do Concelho de Mértola. (2012), *Diagnóstico Social do Concelho de Mértola 2012*, Mértola

Núcleo Executivo da Rede Social do Concelho de Mértola. (2013), *Plano de Desenvolvimento Social do Concelho de Mértola 2013/2014*, Mértola

PEREIRA, Cláudia. NEVES, Rui. (2011), *Os idosos na aquisição de competências TIC*, Revista Educação, Formação e Tecnologias, volume 4, nº 2, pág. 15-24

QUIVY, Raymond. CAMPENHOUDT, Luc Van. (1995), *Manual de Investigação em Ciências Sociais*, 3ª edição, Paris, Gradiva

RIBEIRO, J.L.Pais e GALINHA, Iolanda. (2005), *História e Evolução do conceito de bem-estar subjetivo*, Revista Psicologia, Saúde & Doenças, volume 6, nº 2, pág. 203-214

ROBERTIS, Cristina. (1992), *Metodologia de la intervención en trabajo social*, Barcelona, El Ateneu

ROCHER, Guy. (1999), *Sociologia Geral-A Acção Social*, Lisboa, Editorial Presença

ROSA, Maria João. (1996), *O envelhecimento da População Portuguesa*, Lisboa, Banco Português do Investimento

SILVA, Luna. (2008), *Terceira Idade: nova identidade, reinvenção da velhice ou experiência geracional?*, Physis Revista de Saúde Coletiva, volume 18, nº 4, Pág. 801-815

SITOE, Reginaldo. (2006), *Aprendizagem ao Longo da Vida: Um conceito utópico?*, Revista Comportamento Organizacional e Gestão, volume 12, nº 2, Pág. 283-290

SOUSA, Liliana et al. (2003), Qualidade de vida e bem-estar dos idosos: um estudo exploratório na população portuguesa, Revista Saúde Pública, volume 3, nº 37, Pág. 364-371

SOUZA, Maria Luiza de. (1995), *Serviço Social e instituição-A questão da participação*, 5ª edição, São Paulo, Cortez Editora

TEZZA, Rafael. BONIA, António. (2010), *O idoso e a internet: uma etnografia sobre interação e aprendizagem*, Revista Perspectivas em Ciência da Informação, volume nº15, nº1, Pág. 185-197

VIEIRA, Balbina Ottoni. (1988), *Serviço Social-Processos e Técnicas*, 6ª edição, Rio de Janeiro, Livraria Agir Editora

Outras Referências

http://www.ine.pt/xportal/xmain?xpid=INE&xpgid=ine_main – acedido em 6 de outubro de 2012

<http://www.ami.org.pt/> - acedido em 6 de outubro de 2012

<http://ecportuguesaeeuropeia.blogspot.pt/2011/03/o-envelhecimento-populacional-e.html> - acedido em 7 de outubro de 2012

<http://europa.eu/ey2012/ey2012main.jsp?catId=971&langId=pt> - acedido em 7 de outubro de 2012

<http://repositorio.ipcb.pt/bitstream/10400.11/818/1/VII%20Conferencia%20Curriculo%20Geronto-Digital%20Henrique%20Gil%201021-.pdf> - acedido em 7 de Outubro de 2012

<http://www.bejadigital.biz/pt/conteudos/territorial/caracterizacao+do+distrito/Concelho+de+M%C3%A9rtola/> - acedido em 27 junho 2013

<http://pt.wikipedia.org/wiki/M%C3%A9rtola> – acedido em 27 junho 2013

Apêndices

Apêndice 1

Modelo de Análise das Entrevistas dos Participantes das sessões

Conceitos	Dimensões	Indicadores	Questões
Tecnologias de Informação e Comunicação	- Utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação	- Experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	<ul style="list-style-type: none"> - Caracterize a sua experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias - O que gostou mais nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias? - O que gostou menos nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias? - O que considera que aprendeu nessas Sessões? - O que gostaria de ter aprendido mais nessas Sessões? - Indique algumas sugestões para melhorar futuras Sessões - Antes da participação nas sessões o que sabia sobre novas tecnologias? Usava computador? - Se não utilizava o computador, após a participação nas Sessões passou a usar? - Passou a usar computador após as

			<p>sessões?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Considera que os conhecimentos que adquiriu nas Sessões foram úteis?
		<p>- Perfil de utilização após as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Utiliza o computador regularmente? - Se respondeu sim, quando, onde e para que utiliza o computador? - Se respondeu não, quando costuma utilizar o computador e porque?

<p>Bem-Estar Social</p>	<p>- Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o Bem-Estar Social</p>	<p>- Melhoria do Bem-Estar Social após a participação nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Na sua opinião de que forma a formação em que participou mudou o seu dia-a-dia? - O que mudou na sua vida após iniciar a utilização do computador? - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima? - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-estar? - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos? - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a sua família? - Em termos globais o que mudou na sua vida após a frequência das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?
-------------------------	--	--	--

Apêndice 2

Modelo de Análise da Entrevista da Coordenadora da Ação 4-Informação e
Acessibilidades

Conceitos	Dimensões	Indicadores	Questões
Tecnologias de Informação e Comunicação	- Utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação	- Experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	<ul style="list-style-type: none"> - Enquanto coordenadora da ação 4- Informação e Acessibilidades do Projeto “Margens”, como caracteriza a forma como decorreram as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias? - O que considera que correu melhor nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias? - O que considera que correu pior nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias? - Que avaliação faz da aprendizagem dos participantes nestas sessões? - O que considera que foi mais fácil de aprender para os participantes nas

			<p>sessões?</p> <ul style="list-style-type: none"> - O que considera que foi mais difícil de aprender para os participantes nas sessões? - O que considera que os participantes gostaram mais de aprender nas sessões? - O que considera que os participantes gostaram menos de aprender nas sessões?
		<p>- Perfil de utilização após as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias</p>	<p>- Como avalia o nível de utilização atual das Novas Tecnologias por parte dos participantes nestas sessões?</p>
Bem-Estar Social	<p>- Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o Bem-Estar Social</p>	<p>- Melhoria do Bem-Estar Social após a participação nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias</p>	<p>- Na sua opinião de que forma a formação mudou o dia-a-dia dos participantes?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a autoestima dos participantes?

			<ul style="list-style-type: none"> - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o bem-estar dos participantes? - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o convívio dos participantes com os vizinhos? - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a relação dos participantes com a família? - Em termos globais o que considera que mudou na vida dos participantes após a frequência das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias? - O que mudaria no plano de ação desta iniciativa?
--	--	--	---

Apêndice 3

Guião de inquérito por entrevista aos participantes nas sessões

Guião de Inquérito por entrevista

Este Questionário de Avaliação enquadra-se no âmbito da Tese final do Mestrado em Psicogerontologia Comunitária lecionado na Escola Superior de Educação de Beja e tem como principal objetivo verificar em que medida a utilização das Novas Tecnologias em meio rural pode contribuir para o bem-estar social dos idosos.

Os dados obtidos através da realização do presente questionário serão apenas utilizados para a realização do estudo em causa, sendo sempre salvaguardada a identificação dos inquiridos.

I. Caracterização da População-Alvo

1. Idade _____

2. Sexo _____

3. Estado Civil _____

4. Habilitações Literárias _____

5. Com quem vive?

5.1. Sozinho ☐

5.2. Em casal ☐

5.3. Com a família alargada ☐

5.4. Em instituição ☐

5.5. Outra situação ☐ Qual? _____

6. Profissão _____

7. Ultimamente sente que tem tido perdas de visão?

7.1. Sim ☐ 7.2. Não ☐

7.1.1. Há quanto tempo sente essa dificuldade? _____

8.Ultimamente tem tido dificuldades de audição?

8.1. Sim ☐

8.2. Não ☐

8.1.1.Há quanto tempo sente essa dificuldade? _____

9.Usualmente custa-lhe a encontrar as palavras corretas?

9.1. Sim ☐

9.2. Não ☐

10. Ultimamente tem tido dificuldades em escrever?

10.1. Sim ☐

10.2 Não ☐

II. Perfil e Importância da Utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação

II.1. Experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias

1.Caracterize a sua experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias

2. **O que gostou mais** nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?

3. **O que gostou menos** nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?

4. O que considera que aprendeu nessas Sessões?

5. O que gostaria de ter aprendido mais nessas Sessões?

6. Indique algumas sugestões para melhorar futuras Sessões

7. Antes da participação nas sessões o que sabia sobre novas tecnologias? Usava computador?

8. Se não utilizava o computador, após a participação nas Sessões passou a usar?

8.1. Sim ☐

8.1.1.Quando?

8.2. Não ☐

8.2.1.Porquê?

9. Passou a usar computador após as sessões?

9.1.Se sim, quando? _____

9.2. Se não porquê? _____

10. Considera que os conhecimentos que adquiriu nas Sessões foram úteis?

10.1. Sim ☐

10.1.1. Para quê? _____

10.2. Não ☐

II.2. Perfil de utilização após as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias

1. Utiliza o computador regularmente?

1.1. Sim ☐

1.2 Não ☐

1.1.1. Se respondeu sim, quando, onde e para que utiliza o computador?

1.1.2. Se respondeu não, quando costuma utilizar o computador e porquê?

II.3. Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o Bem-Estar Social

1. Na sua opinião de que forma a formação em que participou mudou o seu dia-a-dia?

2. O que mudou na sua vida após iniciar a utilização do computador?

3. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima?

3.1. Sim ☐

3.1.1. Porquê? _____

3.2. Não ☐

3.2.1. Porquê? _____

4. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-estar?

4.1. Sim ☐

4.1.1. Porquê?

4.2. Não ☐

4.2.1.

Porquê? _____

5. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos?

5.1. Sim ☐

5.1.1. De que forma? _____

5.2. Não ☐

6. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a sua família?

6.1. Sim ☐

6.1.1. De que forma? _____

6.2. Não ☐

7. Em termos globais o que mudou na sua vida após a frequência das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?

Muito obrigado pela sua colaboração!

Apêndice 4

Guião de inquérito por entrevista à coordenadora

Guião de Inquérito por entrevista

Este Questionário de Avaliação enquadra-se no âmbito da Tese final do Mestrado em Psicogerontologia Comunitária lecionado na Escola Superior de Educação de Beja e tem como principal objetivo verificar em que medida a utilização das Novas Tecnologias em meio rural pode contribuir para o bem-estar social dos idosos.

Os dados obtidos através da realização do presente questionário serão apenas utilizados para a realização do estudo em causa, sendo sempre salvaguardada a identificação dos inquiridos.

I. Caracterização da População-Alvo

1.Idade _____

2.Sexo_____

3.Estado Civil_____

4.Habilitações Literárias_____

5.Profissão_____

II. Perfil e Importância da Utilização das Tecnologias de Informação e Comunicação

II.1. Experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias

1.Enquanto coordenadora da ação 4-Informação e Acessibilidades do Projeto “Margens”, como caracteriza a forma como decorreram as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?

2. O que considera que correu melhor nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?

3. O que considera que correu pior nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?

4. Que avaliação faz da aprendizagem dos participantes nestas sessões?

5. O que considera que foi mais fácil de aprender para os participantes nas sessões?

6. O que considera que foi mais difícil de aprender para os participantes nas sessões?

7. O que considera que os participantes gostaram mais de aprender nas sessões?

8. O que considera que os participantes gostaram menos de aprender nas sessões?

II.2. Perfil de utilização após as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias

1.Como avalia o nível de utilização atual das Novas Tecnologias por parte dos participantes nestas sessões?

II.3. Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o bem-estar social

1. Na sua opinião de que forma a formação mudou o dia-a-dia dos participantes?

2.Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a autoestima dos participantes?

2.1. Sim ☐

2.1.1. Porquê? _____

2.2. Não ☐

2.2.1. Porquê? _____

3. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o bem-estar dos participantes?

3.1. Sim ☐

3.1.1.Porquê? _____

3.2. Não ☐

3.2.1.

Porquê?_____

4. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o convívio dos participantes com os vizinhos?

4.1. Sim ☐

4.1.1. De que forma? _____

4.2. Não ☐

5. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a relação dos participantes com a família?

5.1. Sim ☐

5.1.1. De que forma? _____

5.2. Não ☐

6. Em termos globais o que considera que mudou na vida dos participantes após a frequência das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?

7. O que mudaria no plano de ação desta iniciativa?

Muito obrigado pela sua colaboração!

Apêndice 5

Transcrição das entrevistas dos participantes

Transcrição das entrevistas dos participantes nas sessões

Entrevistado 1

1. Posso gravar a sua entrevista aqui no gravador? Dá-me autorização? Isto é para a escola, isto é para eu depois transcrever as entrevistas que eu estou a fazer o Mestrado.

- Está Bem

2. A sua idade?

- Então a minha idade são 79 anos

3.O seu Estado Civil?

- Eu sou viúva

4. E habilitações literárias? Andou à escola até que ano?

- Então andei à escola até fazer a 4ª classe, com 11 anos, talvez...

5. Com quem vive?

- Então vivo só, ou até posso pôr aí que vivo com os meus filhos, com a minha irmã, com os meus netos...

6. Mas normalmente vive sozinha?

- Pronto, a minha vida é aqui, só que eu não gosto assim disso ser publicado

7.Não, não, isto é uma coisa que ninguém vai saber que foi você que respondeu, isto não vai ter aqui o seu nome...

-8.Qual a sua profissão? O que é que fazia antes?

- Então a profissão tem sido, pronto, esta vida de mulheres cá de casa, fazer limpezas, pronto tratar da vida do campo.

9. Ultimamente sente que tem tido perdas de visão? Sente mais dificuldade em ver?

- Ora, a idade vai sendo mais e há a dificuldade da vista, há a dificuldade do ouvido, há a dificuldade dos dentes que já são poucos, mas vou-me desenrascando com a minha vida, pronto.

10.Ultimamente tem tido dificuldades de audição?

- Sim, pronto há essas crises, quando eu estou engripada ou constipada, qualquer dessas coisas que me põem os ouvidos entupidos, mas pronto...

11.E há quanto tempo é que sente essas dificuldades?

- Olhe eu por acaso isto tem sido uma coisa desde sempre, eu logo em miúda comecei a sofrer principalmente deste ouvido esquerdo, que havia uma mezinha que a minha mãe fazia, que passava um algodãozinho em azeite e à luz do candeeiro, que nesse tempo não se usava estas luzes e punha aqui entrando aquele vapor. E pronto, depois aquilo passava, passava e voltava ao normal. Agora já depois de ter casado, com os meus filhos já homens, já casados também é que dei em sentir estar picadas dentro do ouvido e fui ao Dr. Galhoz e ele tirou-me dentro do ouvido assim como um bago de romã. E eu pronto, parece que a partir daí que fiquei com o ouvi do mais leve. Mas isto é uma queixa que é já desde a minha infância, há falta talvez de tratamento que nesse tempo era diferente.

12.Então e diga-me outra coisa: Ultimamente tem tido dificuldades em escrever? Ou escreve normalmente como antes?

- Não, eu escrever escrevo corretamente como antigamente, e ler leio bem se for preciso. Para ler e escrever, qualquer das coisas tenho de utilizar é os óculos.

13.E agora relacionado com as sessões de contacto com as novas tecnologias, com as sessões que a ADPM realizou e que você participou, dos computadores: Como é que acha que foi a sua experiência nas sessões de contacto com as novas tecnologias? O que é que achou das sessões?

- Bem, eu lá grande sabedoria, grandes coisas não tive, pronto não é...mas foi uma animação para se juntar-mos e pronto darem-nos palavra as senhoras que pronto, fazem parte disso... Foram uns momentos alegres que ali se passou...

14. O que gostou mais nas sessões de contacto com as novas tecnologias?

- Ah, quer dizer...eu o que fiz foi quê? Foram aqueles meus versinhos que eu fiz. E não me dediquei muito aos desenhos, se tivesse dedicado às vezes também me ajeito, mas levei aquilo mais assim...pronto...

15. Mas foi bom? Foi um convívio, não é?

- Sim, foi um convívio, depois houve estes passeios, que pelo menos aquele que foi em Serpa, foi um passeio muito divertido, até gostei muito que a rapariga, a Vanda...até tenho aqui as fotografias que ela depois me mandou...

16. Mandou as fotografias?

- Sim, e eu depois...pronto ela mandou da Câmara, mandou o número do telefone e depois fiz a ligação depois para ela, e atendeu uma senhora que depois a chamou. Só que ela prometeu que depois vinha cá, e não veio. Mas eu gostava que ela qui tivesse

vindo para lhe atribuir uma lembranczinha qualquer. Mas foi um passeio muito bonito e gostei muito daquele passeio.

17. E o que é que gostou menos nas sessões de contacto com as novas tecnologias? Houve alguma coisa que tenha gostado menos?

- O que é que eu gostei menos? Pronto, foi aquilo que eu disse, pronto... eu levava aquela receita e eles quiseram transmitir, pronto para Mértola na internet, só que a "rede" era baixa e acabou por isso morrer...não foi nada. Dizer que fiquei mais aborrecida não, mas se fosse uma coisa que transmitissem, tinham transmitido a minha receita, assim como as das minhas companheiras, também lá tinha sido alguma coisa...mas pronto isso não aconteceu...

18. Não foi possível, não é?

- Não foi possível...

19. E o que é que considera que aprendeu nessas sessões? O que é que acha que aprendeu ali nos computadores?

- Nos computadores quer dizer que se eu tivesse continuado, se isto fosse uma coisa que continuasse...talvez que eu tivesse conseguido aprender mais qualquer coisa...o escrever, pois porque a gente lá escrever assim com a duas...baixar as teclas com os dois dedos, podia ser que eu até tivesse aprendido...

20. Mas acha que aprendeu, você antes nunca tinha trabalhado com um computador...

- Não...

21. E aprendeu a escrever, não foi?

- Pois, aprendi a escrever, quando as virgulas, os pontinhos, essas coisas...pronto está mais ou menos...(toca o telefone-pausa na entrevista)

22. O que é que gostaria de ter aprendido nas sessões?

- Olha eu gostava de ter aprendido a escrever aquilo corretamente e fazer aquelas coisas...pronto vá como vocês fazem, para que pudesse comprar...va comprar um computador não, mas quando os meus netos vem trabalharem com eles. E tenho até um sobrinho que ele tem um computador e quando eu tenho ido para lá digo-lhe, olha então Zé esta parte aqui já te eu posso explicar, que isto já sei...mas não considero cá uma grande coisa...a idade também já não permite aquelas coisas...

23. E indique algumas sugestões para melhorar futuras sessões? Alguma coisa que você ache que podia melhorar as sessões se voltássemos cá outra vez. O que é que gostava que fosse diferente?

- Olhe ai não sei Dora, ai qual é a resposta que eu lhe vá dar , aqui não sei...

24. Acha que por exemplo os computadores eram poucos, deviam ser mais computadores, devíamos ter ensinado uma coisa diferente, além de escrever alguma coisa que você gostasse de ter aprendido...

- Ai...quer dizer que ai o atraso além fosse um ponto que os computadores não apanhavam...

25. A internet, não é?

- Principalmente aquele meu, era o meu e era o da Georgete que ainda transmitiam mais qualquer coisa, os outros estavam parados...

26. Era a internet que não funcionava...

- Pois...porque eu falei ainda aqui na minha casa, hoje não sei porque já tinha coisas diferentes, o frigorífico, acho que já desse também para uma ajuda...

27. Secalhar já era diferente...Então e antes da participação naquelas sessões já alguma vez tinha ouvido falar nas novas tecnologias? Já tinha trabalhado com um computador?

- Não...

28 Então, e se não utilizava computador, a partir daquele momento que iniciou as sessões com a gente começou a utilizar?

- Não, eu não comecei a utilizar, só que quer dizer que às vezes cá mesmo entre mim eu dizia...era um passatempo engraçado para a minha vida, que estou aqui sozinha, porque antes ouvia-se, pronto, falar em computadores e os meus filhos têm essas coisas, agora aqui não. Mas a partir daquilo além que foi a Cidália, já a gente ficou mais...já falámos uma com a outra, já havia essa conversa que pronto podíamos ter um computador. Aquilo, eu vejo principalmente no meu neto, que aquilo vão descobrir várias coisas sim.

29. Considera que os conhecimentos que adquiriu nas sessões foram úteis?

- Sim, não foi nada que prejudicasse a situação..

30. Porquê, porque é que acha que foram úteis?

- Pronto, porque já penso, digo, olha isto pronto já escrevia assim, e vá falando com uma e com outra, pronto isto agora há-de haver certos pontos que não sei bem a resposta...

31. E agora utiliza o computador regularmente?

- Não, não...

32. E porquê? Porque não tem computador?

- Porque não tenho computador e é uma coisa cara e eu é uma coisa que eu já não estou fazendo esforços de tirar algum dinheirinho cá da minha fraca pensão que recebo para estar empregando numa coisa que praticamente não me dá utilidade nenhuma.

33. E na sua opinião de que forma a formação dos computadores em que participou, mudou o seu dia-a-dia?

- Não mudou nada no meu dia-a-dia. Só que eu penso assim, pronto, penso assim que foi um passatempo em que ali se juntávamos, com aqui a vizinhança e com aqui vocês todas, foi uns poucos que ali passámos divertidos.

34. Foi um convívio, não é?

- Pois, foi um convívio...

35. E o que mudou na sua vida após iniciar a utilização do computador? Mudou alguma coisa?

- Não. Acho que não, pois...

36. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima?

- Sim.

37. Sente-se melhor consigo? Porque é que acha que melhorou a sua autoestima?

- Ali se juntávamos e houve conversas e conhecimentos que a gente gosta de saber, gosta de falar...

38. Considera que aprender a trabalhar com os computadores melhorou o seu bem-estar?

- E acho que isso...pronto para mim já não é nada, mas acho que aquilo é uma coisa importante, quem tiver capacidade de pronto, comprar o seu computador e passar ali um bocadinho, ali entregue aquelas coisas...acho que seja uma distração...

39. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos?

- Sim. Dou-me bem com todos, mas pronto eu aqui estou os meus dias e vocês passavam por aqui e lá se juntávamos além...

40. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a sua família? Acha que trouxe alguma vantagem?

- Ah...isso ai é uma coisa que pronto a relação com a minha família esteve sempre bem e...pronto...

41. Mas alguma vez utilizou os computadores para falar com a sua família?

- Não, não...

42. Em termos globais o que mudou na sua vida após a frequência das sessões de contacto com as novas tecnologias? Mudou alguma coisa? Acha que melhorou alguma coisa na sua vida?

- Acho que a vida continua igual, só que pronto, é este ponto que eu já lhe citei, que através de vocês (sessões dos computadores) fui encontrar pessoas amigas e conhecidas que já havia naos que não se víamos, não sabíamos se eramos vivos, se eramos mortos...

43. E assim teve contacto com essas pessoas...

- Sim e falamos e até quando vou a Mértola encontro-me com a Fernanda e fiquei muito amiga dela, e está o outro rapaz o Miguel que também o encontro e Manuel Pereira que também é um rapaz que eu já conhecia...

44. Ficou contente...

- Fiquei, fiquei contente

45. Muito obrigado pela sua colaboração aqui na entrevista

Entrevistado 2

1. Posso gravar a entrevista aqui pelo gravador? Não se importa?

- Não, Não

2. Diga-me a sua idade

- Já tenho 79 anos

3. Estado Civil? Casada?

- Casada

4. Habilitações literárias? Andou à escola?

- Pouco, pouco

5.Andou até que ano?

- 2ª Classe. Nesse tempo eram classes

6. Agora é ano. 1º ano, 2º ano

- Nesse tempo era 1ª classe, 2ª classe, 3ª, 4ª...

7. Com quem vive?

- Vivo com o meu marido

8. Profissão? O que é que você fazia?

- Trabalhar no campo...

9. Ultimamente sente que tem tido perdas de visão?

- Exatamente, pois...Uma pessoa já não vê bem...

10. E há quanto tempo mais ou menos é que sente essas dificuldades?

- Ora, já ai uns 3 anos...Uma pessoa começa a ver mais mal.

11. E sente também dificuldades de audição?

- Olhe, mas isso há ai um ano que apareceu-me uma zunida nos ouvidos, que ai não sei se conhece ai o cantar das cigarras nos barrancos, olhe ...às vezes há pessoas que dizem que parece que têm aqueles apitos...

12. Então sente dificuldades há mais ou menos um ano?

- Há, Há mais de um ano já...

13. E usualmente custa-lhe encontrar as palavras corretas?

- Pois custa, porque sei ler "poucoquinho" e então...

14. E tem sentido também ultimamente dificuldades em escrever?

- Ah, a escrever escrevo com erros. Eu escrevo mas...pronto não... O que aprendi foi pouco...Uma pessoa escreve com erros...

15. E agora relacionado ali com as sessões dos computadores, como é que foi a experiência de ter participado ali nas sessões?

- Por acaso gostei muito de lá andar...E pronto a gente faz camaradagem, faz amizade e as professoras foram muito boas para a gente...E gostei muito de lá andar...

16.- E o que é que gostou mais nas sessões?

- De escrever, porque ir depois à busca das palavras e isso...isso ainda é um pouco complicado para mim... Agora aprender ali a escrever gostei muito.

17. E o que é que gostou menos nas sessões? Houve alguma coisa que não tenha gostado?

- Não...Mais ou menos gostei de tudo, porque pronto...não houve nada assim que eu não gostasse.

18. E o que é que considera que aprendeu nessas sessões?

- Ora, sempre aprendo mais qualquer coisinha, pois sempre se aprende mais...pois aquilo coiso, sempre se vai à procura das letras... era um bocado complicado, se fosse tudo a correr, mas assim a gente andar à busca, mas olhe agora por fim já ia bem, mais ou menos...

19. E o que é que gostaria de ter aprendido mais nas sessões dos computadores?

- Ora, gostava de ter aprendido conseguir ir à busca de... Pois vocês querem ir ver isto ou aquilo vão à busca, não é verdade?

20. Na internet?

- Exatamente. Gostava de ter aprendido isso, mas isso para a minha cabeça também já vai ser um pouco complicado...

21. Indique algumas sugestões para melhorar as sessões?

- Se vierem novamente e eu puder ir não é verdade? Isto a gente é já velhos e a saúde não acompanha...Se puder ir gostava de ir aprender mais qualquer coisa. Não é que me sirva já para nada, mas...

22. Antes de participar nas sessões o que é que sabia sobre as novas tecnologias? Usava computador?

- Não, não, não tenho nada disso.

23. Se não utilizava computador, depois de participar nas sessões passou a usar?

- Não, não passei, não passei...

24. Porquê?

- Porque uma pessoa já é velhota, já...não, não passei a usar...os meus netos é que têm, veem aí e eu olho para ali, e disse assim, "Olha eu sabia andar aqui com o ratinho"...

25. E considera que os conhecimentos que adquiriu nas sessões foram úteis?

- Sim, são bons, são úteis...

26. E porquê?

- Ora, porque a gente tem mais experiência disto ou daquilo, qualquer coisa mais, pois...

27. Então acha que foram úteis?

- Foram, sim

28. Atualmente utiliza o computador?

- Não, não utilizo, porque nem sequer tenho, pois...

29. E costuma utilizar o computador?

- Não, não costumo porque não tenho, não é verdade...a pessoa não tem...

30. Na sua opinião de que forma as sessões de contacto com as novas tecnologias mudaram o seu dia-a-dia?

- Ah...Praticamente pouco mudou. Pois, porque enfim a gente...a vida é sempre igual, aqui nos montes a vida é sempre a mesma, mais ou menos pouco mudou...

31. E mudou alguma coisa na sua vida após iniciar a utilização do computador?

- Também não mudou, porque não utilizo, pois...se eu utilizasse tinha mudado, não é verdade? Mas não utilizo... gostei muito de andar além e de aprender aquele pouco que aprendi, mas não mudou nada porque não uso (computador)

32.Considera que aprender a trabalhar com os computadores melhorou a sua autoestima? Sim ou não? Acha que sente-se melhor consigo?

- Pois, eu olhava para o (computador) dos meus netos e nem percebia ali nada e assim agora sempre percebo qualquer coisa.

33. E considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-estar?

- Ah...Sim. Aquele tempo que andámos além gostei imenso e a gente sente-se bem com a camaradagem, pois a gente sente-se bem.

34. Então considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos?

- Pois claro, então com aquelas pessoas que a gente além trabalhou, com as professoras...com tudo... A gente não as conhecia...agora quando as vemos em qualquer lado...e conhece...

35. E considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a família?

- Ah, cá está, isso não melhorou porque eu não tenho computador e não convivo com eles, não tenho essas coisa e não convivo com eles, porque se tivesse...

36. E alguma vez você falou através do computador com a sua família?

- Não falámos porque ali não dava a internet

37. E em termos gerais, o que acha que mudou na sua vida após a frequência das sessões com as novas tecnologias? Mudou alguma coisa?

- ...Acho que não...

38. Então muito obrigado pela sua colaboração.

- Nada.

Entrevistado 3

1. Dá-me autorização para gravar a sua entrevista aqui no gravador?

- Sim senhor

2. Qual a sua idade?

- 79 anos

3. Estado Civil?

- Casado

4. E habilitações literárias? Andou à escola?

- Eu tenho a 4ª classe

5. Com quem vive?

- Com a minha esposa

6. Ultimamente sente que tem dificuldades de visão?

- Tenho tido perdas de visão sim.

7. E há quanto tempo mais ou menos é que sente essa dificuldade?

- Assim mais ou menos há uns 3 ou 4 anos.

8. E ultimamente tem tido dificuldades de audição?

- Não. De ouvido tenho bom ouvido

9. Usualmente custa-lhe encontrar as palavras corretas? Tem dificuldade em falar?

- Quando as letras são grandes não tenho dificuldades. Agora quando são pequenininhas...

10. Ultimamente tem tido dificuldades em escrever?

- Não, não

11. O que achou da sua experiência em ter participado nas sessões de contacto com as novas tecnologias?

- Foi uma coisa para mim que eu nunca esperava.

12. E gostou?

- Sim. Eu nunca esperava na vida aprender os computadores

13. E o que gostou mais nas sessões?

- Eu praticamente gostei de tudo, mas o que gostei mais foi de escrever.

14. E o que é que gostou menos?

- Era o tal ratinho. O ratinho é que tinha mais dificuldades. Eu fiz uns versos...

15. E o que acha que aprendeu nas sessões de contacto com as novas tecnologias?

- Aprendi bastante. Olhe em primeiro lugar conviver uns com os outros e além disso fui aprender coisas que nunca pensava já na minha vida...

16. E o que é que gostaria de ter aprendido mais nas sessões?

- Mais ainda? Era chegar a compreender a internet. O facebook como agora se usa também

17. Então você gostava de aprender o facebook?

- Mas eu já não tenho vista. Então se seu tivesse vista nunca falhava.

18. E indique algumas sugestões para melhorar as sessões de contacto com as novas tecnologias?

- Para mim praticamente foi tudo igual. E o que havia mais dificuldade era na pontuação, naquelas coisas, mas aprendi aquilo bem.

19. E antes de participar nas sessões o que sabia sobre as novas tecnologias? Usava o computador?

- Não, não sabia nada.

20. Se não utilizava o computador, depois de ter participado passou a usar?

- Não comecei.

21. Porquê?

- Por causa da vista. Oh então se não fosse os problemas de vista...tava mais à frente.

22. Considera que os conhecimentos que adquiriu nas sessões foram úteis?

- Foram úteis sim.

23. Para quê?

- Para tudo

24. Utiliza o computador regularmente?

- Não utilizo porque não tenho

25. Na sua opinião de que forma a participação nas sessões mudou o seu dia-a-dia?

- Mudou bastante. Gostei muito de ter aprendido.

26. Mudou alguma coisa na sua vida após utilizar os computadores?

- Mudou o seguinte: antes não percebia nada disso e agora se ver aí a escrever compreendo o que estão a fazer

27. Agora se ver os seus netos ou os seus filhos a trabalhar no computador já sabe o que é que é...

- Pois eu não tenho dificuldades de ir à procura das letras nem de nada...

28. E considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima?

- Sim.

29. Sente-se melhor consigo?

- Sinto-me muito melhor.

30. E considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-estar?

- Sim senhor.

31. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos?

- A mesma coisa. Melhorou mais com aqueles que sabem mais alguma coisa (dos computadores).

32. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a sua família?

- Sim senhor, bastante.

33. Porquê?

- Em todos os aspetos...

34. Por exemplo quando os seus netos veem aqui consegue estar no computador com eles?

- Pois, onde estão ali os miudinhos eu estou a espreitar.

35. E em termos gerais, o que mudou na sua vida após a frequência nas sessões de contacto com as novas tecnologias?

- Mudou bastante.

36. O que é que você sente em relação aos computadores?

- Foi uma coisa boa, uma coisa muito boa. O inventor que inventou isso tinha de ser uma pessoa com uma grande cabeça. Grande inteligência.

37. E acha que isso (os computadores) é uma coisa boa para as pessoas?

- Muito bom.

38. Muito obrigado pela sua colaboração.

Entrevistado 4

1. Posso gravar a entrevista aqui no gravador?

- Pode sim senhora

2. Qual a sua idade?

- 65 anos

3. Estado Civil?

- Casada

4. Habilitações Literárias? Andou à escola?

- Andei à escola. 4ª classe só...e já a fiz cá.

5. E com quem vive?

- Com o marido. E o filho só vem aos fins-de-semana

6. E qual a sua profissão?

- Doméstica

7. Ultimamente tem tido dificuldades de visão?

- Não. É mais de ouvido. De visão não

8. E tem tido dificuldades de audição?

- Sim. Eu oiço, só que não percebo

9. E há quanto tempo é que sente essa dificuldade?

- Há bastante tempo...talvez quem...meses já

10. E usualmente custa-lhe encontrar as palavras corretas?

- Não.

11. Consegue falar bem?

- Sim, Sim.

12. E ultimamente tem tido dificuldades em escrever?

- Em escrever não

13. O que é que você achou da sua experiência nas sessões de contacto com as novas tecnologias?

- Eu olhe...eu adorei. Gostei imenso. Tenho pena é que tenha sido tão pouco tempo.

14. E o que é que gostou mais nas sessões?

- Também do convívio, da escrita, sim que eu adoro escrever. Escrever nos computadores, evidentemente.

15. E o que gostou menos nas sessões de contacto com as novas tecnologias? Alguma coisa?

- Não, não.

16. O que considera que aprendeu nestas sessões?

- Aprendi a escrever. A coisa que adorava mais daquilo tudo é escrever.

17. E o que gostaria de ter aprendido mais?

- Tudo o que eu pudesse aprender

18. Gostava de ter aprendido mais na internet por exemplo?

- Sim, nunca cheguei porque o meu computador nunca quis nada com aquilo

19. E indique algumas sugestões para melhorar futuras sessões? O que é que acha que podia melhorar?

- Não me lembro...de momento não me lembro de nada.

20. Antes de ter participado nas sessões o que é que sabia sobre as novas tecnologias? Usava computador?

- Nada, nada.

21. Se não utilizava computador, após participar começou a usar?

- Não. Adorava, mas não tenho dinheiro para comprar um computador. Mas adorava ter computador.

22. Considera que os conhecimentos que adquiriu ali nas sessões foram úteis?

- Sim

23. Porquê?

- Forram úteis porque...olhe eu não sabia mexer nos computadores e fiquei mais ou menos a perceber como é que aquilo funciona.

24. E utiliza o computador agora regularmente?

- Não, porque não tenho.

25. Quando é que costuma utilizar o computador?

- Só utilizei nas sessões

26. Na sua opinião o que considera que mudou no seu dia-a-dia depois da sua participação nas sessões?

- Não, não mudou nada porque eu não tenho computador. Não tenho possibilidades de ter. O meu filho tem, mas para já ele não está cá. E quando ele estava cá não podia ir lá mexer, porque tinha medo de estragar as coisas que ele tinha. Também era do serviço dele.

27. E considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima? Sente-se melhor consigo?

- Um bocadinho, um bocadinho.

28. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-estar?

- Pouco...Porque não tenho...

29. Não continua a utilizar o computador...

- Exatamente.

30. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos?

- Sim. Enquanto estávamos ali estávamos a conviver. Apesar de a gente não se dar mal. Eu pelo menos não me dou mal com nenhuma vizinha. Mas lá sempre estávamos mais juntas e era um convívio diferente.

31. E considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a sua família?

- Bom...aí não

32. Tem comunicado com eles através do computador?

- Não, não. Lá está porque não tenho.

33. Em termos globais o que mudou na sua vida após a frequência das sessões de contacto com as novas tecnologias? Mudou alguma coisa?

- Não.

34. Não mudou nada?

- Não mudou nada

Entrevistado 5

1. Posso gravar a entrevista aqui no gravador?

- Pode sim senhora

2. E a sua idade?

- 72...73 pois...

3. Estado Civil?

- Casada

4. Habilitações Literárias? Andou à escola?

- Pouco.

5. E andou à escola até que classe?

- Não fiz a 4ª classe

6. E com quem vive?

- Vivia com os meus pais.

7. E agora vive com o seu marido?

- Agora vivo com o meu marido

8. Qual a sua profissão?

- Trabalhar no campo

9. E ultimamente sente que tem tido dificuldades de visão?

- Não, tenho visto bem. Agora é que eu uso óculos, mas é porque a vista está um pouco cansada.

10. Ultimamente tem tido dificuldades de audição?

- Não oiço bem.

11. E já há muito tempo que não ouve bem?

- Já há muito tempo. Já há muitos anos

12. E custa-lhe encontrar as palavras corretas?

- Sim, custa. Às vezes não sei.

13. E tem tido dificuldades em escrever?

- Em escrever? Então eu não escrevo. Nem o meu nome faço já. Ao princípio ainda fazia, mas agora já não faço.

**14. E como é que foi a sua experiência nas sessões com os computadores?
Gostou de andar ali?**

- Gostei, gostei.

15. E o que é que gostou mais nas sessões?

- O que é que eu gostei mais?

16. Gostou de aprender a fazer o quê por exemplo?

- De escrever as letras também. Conhecia as letras, mas não as sabia era juntar

17. Gostou de aprender a escrever?

- Sim, gostei, gostei

18. E o que é que gostou menos nas sessões de contacto com as novas tecnologias? Houve alguma coisa que tenha gostado menos ali nas sessões?

- Não.

19. Correu tudo bem?

- Tudo bem

20. O que considera que aprendeu nas sessões de contacto com as novas tecnologias?

- Eu não sabia muito...

21. Era mais o convívio?

- Era o convívio sim

22. E gostava de ter aprendido alguma coisa diferente?

- Gostava, então mas eu não aprendia...Eu sou já muito velha...

23. E considera que se deveria melhorar alguma coisa nas sessões?

- Acho que correu sempre tudo bem

24. Antes de participar nas sessões usava o computador?

- Não, não. Foi a 1ª vez

25. E depois de participar nas sessões passou a usar o computador?

- Não, então eu não tenho.

26. E considera que os conhecimentos que adquiriu nas sessões de contacto com as novas tecnologias foram úteis?

- Foram pois.

27. Utiliza o computador regularmente?

- Não

28. E quando é que costuma usar o computador? Utiliza alguma vez?

- Não agora já não. Nunca mais.

29. Só utilizou o computador nas sessões?

- Sim, só nas sessões

30. Na sua opinião de que forma a sua participação nas sessões de contacto com as novas tecnologias mudou o seu dia-a-dia?

- Não sei, acho que não

31. Ficou tudo mais ou menos na mesma?

- Ficou tudo mais ou menos sim

32. Considera que aprender a trabalhar com os computadores melhorou a sua autoestima? Sente-se melhor consigo?

- Não, sinto-me mais ou menos a mesma coisa, pois eu não aprendi, já não aprendia

33. Considera que aprender a trabalhar com os computadores melhorou o seu bem-estar?

- Oh, é a mesma coisa.

34. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos?

- Sim

35. Convivem mais?

- Sim

36. E com a família?

- Sim, também

37. E alguma vez falou com a família no computador?

- Não, isso não

38. Mas por exemplo os seus netos...ou isso...

- Os meus netos...um

39. Quando você vê mexer no computador já sabe o que é que ele está a fazer, não é?

- Sim

40. E em termos gerais o que é que considera que melhorou na sua vida, após a participação nas sessões de contacto com as novas tecnologias?

- Para mim não acho que mudou...não sei

41. Mas gostou de andar nas sessões?

- Gostei

42. E se houvesse outra vez gostava de ir?

- Sim. Gostei muito de ir além com vocês

Entrevistado 6

1. Dá-me autorização para gravar a sua entrevista aqui no gravador?

- Dou

2. Qual a sua idade?

- 82 anos

3. Estado civil?

- Estado civil? Casado

4. Habilitações literárias? Andou à escola?

- Andei à escola 3 noites já em adulto

5. Mas tem a 1ª classe?

- A primeira atrasada...

6. Mas sabe ler?

- Pouquinho

7. E escrever alguma coisa?

- Não, só sei escrever o meu nome

8. Com quem vive agora?

- Com a mulher e com o filho

9. Qual a sua profissão?

- Trabalhador rural

10. Ultimamente sente que tem tido perdas de visão?

- Não, mas já fui operado a uma vista

11. E há quanto tempo é que sente essa dificuldade?

- Da vista? Da vista...talvez à volta de uns 3 anos que eu fui operado à vista

12. E tem tido dificuldades de audição? De ouvir?

- Ouvir ainda não tem tido muita dúvida

13. Usualmente custa-lhe encontrar as palavras corretas?

- Às vezes estou falando e esqueço-me das coisas e já não sei o que estou a dizer

14. Tem dificuldades em escrever? Ultimamente sente dificuldades?

- Não. Até à data escrevo ainda mais ou menos. Só sei o meu nome e escrevo mal...

15. O que é que você achou da sua experiência de ter participado ali nas sessões dos computadores?

- Sim, foi pena é não ter sido mais cedo. Se tivesse sido mais cedo, eu sempre tinha...eu tinha muita influência na letra, só que como tinha de trabalhar para comer não podia andar à escola

16. Mas gostou de ter andado ali nas sessões?

- Sim, gostei.

17. E o que é que gostou mais das sessões?

- O que gostei mais foi do pessoal estar ali todo em conjunto...e as pessoas descobrirem à gente certas coisas.

18. E houve alguma coisa que gostou menos nas sessões?

- Eu gostei mais ou menos de tudo, da mesma coisa

19. E o que é que considera que aprendeu naquelas sessões?

- O que eu aprendi mais foi a ouvir famílias que sabiam falar daquilo que eu não sei...mas para mim eu não aprendi nada, porque já não tenho tempo para isso e a idade já é maior

20. E o que é que gostaria de ter aprendido nas sessões?

- A lidar com aquilo bem sem ninguém me ensinar

21. Com a internet?

- Sim

22. E a escrever melhor?

- Sim

23. E o que é que gostava de sugerir para melhorar as sessões?

- Se viessem cá outra vez, gostava de fazer lá alguma coisa, mas o que é é que a influência já não é...

24. Mas se voltarmos cá, você quer ir às sessões novamente?

- Posso ir...então já não tenho nada que fazer

25. Antes de participar nas sessões sabia alguma coisa sobre computadores? Utilizava os computadores?

- Oh não não não...Nunca tinha visto

26. E se não usava computador, após ter participado nas sessões passou a usar computador?

- Não. Então para quê? À uma não tenho em casa, como não sei ler e ela (mulher) também não sabe ler para que é que eu quero um computador em casa? Só para olhar para ele?

27. Considera que os conhecimentos que adquiriu nas sessões de contacto com as novas tecnologias foram úteis?

- Sim

28. Porquê?

- Uma pessoa dizia uma coisa, outra pessoa dizia outra e sempre ia aprendendo alguma coisa. Aprendi mais naquilo que ouvia do que daquilo que estava a ver.

29. E atualmente utiliza o computador regularmente?

- Não. Então não o tenho, como é que eu o vou utilizar?

30. E na sua opinião, a formação em que participou mudou o seu dia-a-dia?

- Ah eu acho que uma pessoa já não aprende nada disso e ficou tudo na mesma

31. Considera que aprender a trabalhar com os computadores melhorou a sua autoestima? Sente-se melhor consigo?

- Ah, mais ou menos. Acho que isto já não adianta nada

32. Mas gostou de ter aprendido?

- Gostei de ter lidado com aquilo, e estar a ouvir que sabem disso a falar, mas com aquelas coisas...ouve agora, mas daqui a bocado, daqui a 5 minutos já não me lembro do que ouvi

33. E considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-estar?

- Sim, no aspeto em que parece que a gente se desenvolve mais, parece que ficam mais coisas na cabeça do que lá estava

34. E considera que participar nas sessões de contacto com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos?

- Não, isso aí não melhorou nada

35. Não?

- Não

36. Porquê?

- Com os vizinhos não mudou nada

37. E com a família? Melhorou a sua relação com a família? Alguma vez falou com a família através dos computadores?

- Com a minha família? Já tenho falado, quando vem cá a minha filha, oiço falar que já tem um computador, para ficar a saber, tem de ser falar nisso

38. E em termos gerais, em termos globais, o que considera que mudou na sua vida, após as sessões de contacto com as novas tecnologias? Mudou alguma coisa?

- Acho que não

39. Não?

- Não

40. E no geral gostou?

- Gostei de andar lá, mas a coisa de achar que mudou ou não mudou, parece que acho que está tudo na mesma

41. Muito obrigado pela entrevista

- Nada

Entrevistado 7

1. Dá-me autorização para gravar a sua entrevista?

- Sim senhora, dou sim senhora

2. E qual a sua idade?

- 60 anos

3. E qual o seu estado civil?

- Casada

4. E quais as suas habilitações literárias?

- 4ª classe

5. Com quem vive?

- Com o meu marido

6. Profissão? O que é que fazia?

- Era porteira, agora estou reformada

7. Ultimamente sente que tem tido perdas de visão?

- Não, mais ou menos tenho mantido

8. E ultimamente tem tido dificuldades de audição?

- Isso aí é que eu acho um bocadinho

9. E há quanto tempo é que sente essa dificuldade?

- Há pouco tempo. Aí há uns 3 meses mais ou menos é que noto assim uma pequena...uma ligeira diferença

10. E usualmente custa-lhe encontrar as palavras corretas?

- Às vezes tenho dificuldade em encontrar as palavras corretas. Sei-as, quero expressá-las mas não...não saem

11. E ultimamente tem tido dificuldades em escrever?

- É assim, já há muito tempo que não escrevo, mas quando escrevo pronto já...é como faltam, a gente não vai usando, não vai usando e há muitas coisas que às vezes tenho de pensar bem para ver se estou a fazer o uso correto da palavra

12. E da leitura, como é que é?

- Ler, leio bem

13. E agora relativamente às sessões de contacto com as novas tecnologias, como é que achou que foram as sessões? Caracterize a sua experiência, como é que achou que correram?

- É assim, correram bem. Eu gostei imenso e gostava até de me evoluir um bocadinho mais acerca das novas tecnologias. E tenho um computador que os meus filhos me ofereceram e de facto até tento. E quando eles cá estão, a minha neta ou assim, eu

tento sempre a ver se consigo desenvolver mais um bocadinho. Eu gostava de facto que continuasse mais um bocadinho...

14. E o que é que gostou mais nas sessões?

- Portanto, eu gostei de tudo o que nós fizemos, das pessoas que nos estavam a apoiar.

15. Foi uma experiência positiva?

- Sim, foi foi

16. E houve alguma coisa que tenha gostado menos nas sessões?

- Não, gostei de tudo em geral

17. Acha que o equipamento era bom? Os computadores que utilizavam?

- Sim

18. Funcionou tudo mais ou menos?

- Sim, mais ou menos, quer dizer nós..pronto a falta da internet já se sabe...o problema é daqui, daqui isto é, ou não temos...como é que eu hei-de dizer...não temos suficiente rede. Teve cá um sobrinho meu esta semana, que teve cá uma semana e nunca teve internet

19. É complicado

- É muito complicado...o problema da internet

20. O que considera que aprendeu nas sessões?

- Portanto, para já mexer num computador que é isso que me fazia uma confusão os meus netos, os miúdos pequenos mexerem e eu...aquilo não me dizia nada. Pronto, acho que é uma sensação totalmente diferente de escrevermos, de de facto pudermos ter acesso com os filhos, com pessoas assim amigas e assim. Pronto, eu não faço isso ainda sozinha, porque eu não tenho prática para o fazer e gostaria que isso continuasse.

21. E o que gostaria de ter aprendido mais nas sessões?

- Ah, quer dizer, gostava de me ter evoluído mais, eu própria ter tido mais iniciativa de aprender mais, exatamente.

22. E indique algumas sugestões para melhorar futuras sessões

- Sim, Eu acho que...Eu gostava que de facto vocês viessem e que a gente, que eu conseguisse avançar mais

23. E tem alguma sugestão? Ou no geral...

- Ah, de facto...quer dizer...gostaria de continuar porque isto foi muito bom. Hoje em dia como é o computador que nos leva a certos sítios e temos de fazer tudo através do computador, como eu estou a ver, pronto...gostava mesmo de aprender

24. Antes da participação nas sessões o que sabia sobre novas tecnologias? Usava o computador?

- Não, nada. Até me fazia aflição tocar

25. Mas sabia o que era isto dos computadores? Já alguma vez tinha ouvido falar?

- Sim, porque os meus filhos têm, não é? E sabia, tinha conhecimento do que é que era um computador, só que o medo era tanto que não me atrevia a tocar

26. E se não utilizava o computador, após a participação nas sessões passou a usar?

- Quer dizer, uso para...vou fazendo aqui alguma coisa aqui em casa ou escrevo para não perder o treino.

27. Você tem computador?

- Tenho

28. E vai utilizando de vez em quando?

- De vez em quando vou utilizando, os meus filhos como se avariou o da minha nora e tem de estar sempre ligado à corrente, eles acabaram por...pronto para eu treina, acabaram por me dar

29. Então após as sessões começou a utilizar o computador?

- Sim, comecei a utilizar para não destreinar

30. Considera que os conhecimentos que adquiriu nas sessões foram úteis?

- Sim, são úteis

31. Para quê?

- Para futuro, porque nós precisamos mesmo...não é?

32. Acha que é uma coisa importante que toda a gente deve saber?

- Sim, toda a gente deve saber. Porque as novas tecnologias são...pronto é o que se está a ver para o futuro e então é isso que nós precisamos de facto aprender mais um bocadinho

33. E utiliza o computador regularmente?

- Sim, quer dizer...duas vezes por semana, uma coisa assim...em partida só à noite que me ponho aqui um bocadinho a...

34. E é sempre para escrevendo?

- Sim, vou escrevendo, outras vezes é um jogo que é para não perder assim o treino das teclas e assim, pronto para saber qual é os pontos...

35. Para não perder a prática...

- Exatamente

36. Na sua opinião de que forma a formação em que você participou mudou o seu dia-a-dia?

- Quer dizer, eu nesse sentido sentia-me assim um bocadinho atrasada e agora sinto-me um bocadinho...poucoquinho...mas um bocadinho mais evoluída

37. Então sente que aprendeu coisas novas e isso foi importante para o seu dia-a-dia?

- Sim, muito importante

38. O que mudou na sua vida após iniciar a utilização do computador?

- Mais ou menos, quer dizer...porque não faço assim uso diário. Pouca alteração teve

39. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima? Sente-se melhor consigo?

- Sim, sim. Sinto-me melhor

40. Porquê?

- Sinto-me mais, parece que evoluída, estimulada

41. E considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-estar?

- Sim, quer dizer...é como eu digo, se soubesse mais um bocadinho, não é? Acho que seria melhor, porque já poderia pôr a internet e já tentava contactar com os meus filhos porque estão longe, já é diferente.

42. E aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos?

- Sim, porque nós acabamos por falar acerca do computador. Sim, quer dizer, eu sou uma pessoa que faço contacto com qualquer pessoa, mas de qualquer das maneiras...

43. Mas ali conviveram mais...

- Sim, aquele bocadinho fez-nos conviver mais um bocadinho, para nos conhecermos

44. E considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a sua família?

- Sim, quer dizer eu já tinha uma boa relação com eles, mas acerca das novas tecnologias sim, porque eles estão interessados em que eu evolua mais um bocadinho para de facto puder contactar com eles

45. E alguma vez falou com eles na internet?

- Aqui não, mas lá no curso onde andámos lá falei. Chegámos a esse contacto

46. E em termos globais o que mudou na sua vida após a frequência das sessões de contacto com as novas tecnologias?

- Ah, quer dizer...pouco, mas eu gostaria que tivesse mudado mais, porque gostaria de ter mais atividade nesse sentido

47. Então quer aprender mais?

- Sim, queria aprender mais

48. Então se nós viéssemos cá outra vez você ia participar?

- Ah eu era a primeira

49. Muito obrigado pela sua colaboração

Entrevistado 8

1.- Dá-me autorização para gravar aqui a sua entrevista?

- Dou sim senhor

2. Qual a sua idade?

- 71 anos

3. Qual o seu estado civil?

- Casada

4. Habilitações Literárias? Andou à escola?

- Andei à escola, mas só até à terceira classe

5. Com quem vive?

- Vivo com o marido

6. E a sua profissão? O que é que fazia?

- Doméstica, tenho sido sempre doméstica

7. Ultimamente sente que tem tido perdas de visão? Tem tido dificuldades em ver?

- Olhe da primeira vista que fui operada vejo bem, tudo clarinho, tudo limpinho. Mas desta agora por enquanto vejo, mas parece que está assim as coisas um bocadinho baças, que não são bem... É que em fechando este olho vejo bem as cores vivas. Com este vejo as mesmas coisas, mas é um bocadinho mais...Más também foi há pouco tempo, ainda há-de fazer três semanas.

8. Ultimamente tem tido dificuldades de audição? De ouvir?

- Não, graças a deus de ouvido não tenho tido assim problemas

9. Custa-lhe encontrar as palavras corretas? Quando quer dizer alguma coisa?

- O que tenho sabe...às vezes quer dizer o nome de pessoas ou uma coisa assim e custa-me vir à memória...

10. Esquecesse...

- Sim. Não vem a tempo daquilo que eu às vezes queria

11. E tem tido dificuldades em escrever?

- Não, até à data

12. Ou em ler? Você consegue ler também mais ou menos?

- Sim. Mesmo antes de ser operada a esta vista esquerda, com as duas eu via mesmo sem os óculos. Nunca mais meti os óculos desde que fui operada o ano passado nunca mais meti os óculos, mas agora toda a hora que tenha a vista em condições tenho de ir logo compra-los porque...

13. Então não tem tido dificuldades em escrever, nem ler agora?

- Não

14. E relativamente às sessões dos computadores, como foi? O que é que você achou? Caracterize a sua experiência

- Achei que tava bem e gostei. Era preciso era que a gente ainda continuasse mais. Pelo menos a ver se o que aprendemos não se esquecia

15. Mas acha que correu bem?

- Sim. Eu gostei daquilo

16. O que é que gostou mais?

- É um bocadinho que a gente vai ali...olha...

17. E está distraída, está convivendo

- Sim

18. E o que é que gostou mais?

- O que é que gostei mais?

- Eu não tenho assim uma certa diferença de escolher é isto ou aquilo, eu gostei das coisas todas que se passaram

19. Gostou de tudo no geral?

- Sim

20. Houve alguma coisa que você não tenha gostado?

- Ah...Não disse já tudo? Que gostei de tudo?

21. Sim

22. Então ficou contente com as coisas? Correu tudo bem?

- Sim, fiquei contente

23. E o que é que acha que aprendeu nas sessões? O que é que você aprendeu ali a fazer?

- Aprendi a fazer? Olhe daquilo do computador. Eu não sabia mexer em nada daquilo. Sempre a gente...sempre aprendeu qualquer coisinha, não foi muito porque o tempo também não deu para...

24. Aprendeu a escrever

- O tempo não deu para a gente aprender muito, porque aquilo foi pouco tempo, mas aprendi a escrever pois. Como sabia ler qualquer coisa e escrever não tive muita dificuldade

25. E gostava de ter aprendido mais alguma coisa?

- Pois...a gente nunca é demais o que aprende

26. E tem alguma sugestão para futuras sessões de contacto com as novas tecnologias? O que é que você achava que devia ser feito?

- Mas destas coisas ou...?

27. Sim. Dos computadores. Dos computadores

- Ora, a gente continuar a ver se conseguia mais alguma coisinha. Porque a gente aprendeu a fazer, mas...sabe...

28. Antes de participar nas sessões usava o computador?

- Não

29. Sabia alguma coisa sobre as novas tecnologias?

- Já tinha visto um, porque a minha filha, aquela que trabalha em Faro tinha um e eu já tinha visto e ela às vezes trazia aí a casa.

30. Mas não usava computador?

- Eu não usava nada disso

31. E depois de participar nas sessões começou a usar?

- Não

32. Porquê?

- Oh porque ela à vezes vem cá não traz. Não traz porque não tem vagar de às vezes se pôr com isso... e eu com aquelas coisas não...tenho sempre medo de dar cabo das coisas

33. E acha que os conhecimentos que adquiriu foram úteis?

- Sim

34. E o que é que fez com esses conhecimentos?

- A gente ficou com outra experiência que não tinha, porque não sabia. Pronto, a gente não sabia nada dessas coisas. Não conhecia nada disso. Agora já dali tira mais uma ideiazinha do que é que é.

35. Então não utiliza o computador regularmente?

- Pois não. Não. Não tenho nenhum

36. Considera que a participação nas sessões mudou alguma coisa no seu dia-a-dia?

- Oh mudar grande coisa não foi porque se tivesse dado em usar tinha tomado mais, assim, quer dizer...sempre ia praticando mais e ia evoluindo mais alguma coisa. Assim parou ali e pronto.

37. Como não continua a praticar acha que não mudou?

- Assim muito

38. E considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima? Sente-se melhor consigo de ter aprendido uma coisa nova?

- A gente em aprendendo qualquer coisa sempre fica com mais aquela influência

39. Ficou mais motivada para aprender?

- Ainda consegui aprender qualquer coisa, sempre é melhor do que nada. Mesmo pouco

40. E acha que aprender a trabalhar com os computadores melhorou o seu bem-estar? Sente-se melhor?

- Porque é diferente. A gente se for ai ao pé de um computador, sim porque há variedade, mas se tiverem aquele modelo de trabalhar, mas principalmente com aqueles que a gente trabalhou já conhece mais ou menos como é que se faz

41. Como é que funciona

- Embora não saiba bem fazer certas coisas, mas há outras que a gente ali já faz uma ideia porque já trabalhou

42. E acha que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos?

- Sim, porque a gente convivia mais uns com os outros ali aquele bocadinho e fora disso é lá quando é que a gente se junta. Que é o mesmo caso daquelas coisas que eu além lhe mostrei. Naquele dia juntamo-nos ali todas e sempre é diferente, porque nos outros dias cada um está lá nas suas casas.

43. Então acha que melhorou a sua convivência?

- Sim, pois.

44. E acha que melhorou a sua relação com a sua família? Alguma vez falou com a sua família através do computador?

- Com a minha Paula? Pois às vezes ela...sempre diz qualquer coisa a esse respeito. A outra não tem isso, não sabe.

45. Acha que melhorou?

- Sempre é melhor do que não saber nada

46. E em termos gerais o que é que mudou na sua vida após ter participado ali nas sessões? Sente-se melhor? Mudou alguma coisa?

- Sim, pior não sinto. Já disse, tomámos mais aquela, aquele convívio, aquela lidação e mais daquelas pessoas de fora que aí vinham e isso convivia-se com elas. A gente nem as conhecia parte delas e sempre ficámos conhecendo mais alguém

47. Muito obrigado aqui pela sua colaboração aqui na entrevista

- De nada

Entrevistado 9

1. Dá-me autorização para gravar aqui no gravador?

- Dou sim senhora

2. Qual a sua idade?

- 75 anos

3. Estado Civil?

- Viúva

4. Habilitações literárias? Andou à escola até que ano? Chegou a andar à escola?

- Oh...andei à escola? Muito pouquinho. As professoras não queriam vir para aqui porque não havia aqui estrada nova. Não havia aqui a camionete. Olhe até a minha filha para ela fazer a 4ª classe, sabe o que é que eu tive de fazer? Ia com um burro que a gente tinha, um burro grande e por fim era com a mula com uma carrinha a levá-la lá ao penedo do gato e a busca-la quando ela queria ir a casa

5. Mas você chegou a fazer a 1ª classe?

- Não, porque o meu pai tirava-me para eu ir buscar “quixos” de lenha não ia à escola, para eu ir pedir um bocadinho de pão. Nesse tempo tínhamos de andar aí no Picamilho, no Mosteiro, Ameixeira e isso tudo

6. Mas sabe ler?

- Sei pouquinho

7. E escrever sabe também um bocadinho?

- Também um bocadinho

8. E com quem vive?

- Sozinha

9. Ultimamente sente que tem tido perdas de visão?

- Ultimamente tenho. Já fui operada a uma catarata

10. Desde quando é que sente essa dificuldade?

- Desde aí os 60 anos mais ou menos

11. Há mais ou menos 5 anos?

- Há mais. Tinha 60, tenho 75

12. Ah, 75. Então há 15 anos mais ou menos

- Pois

13. Ultimamente tem tido dificuldades de audição? Ou ouve bem?

- Não oiço às vezes muito bem. Quando estou ouvindo a televisão que estou deitada tenho de pôr a almofada assim um bocadinho com a mão para ouvir melhor deste ouvido

14. E há quanto tempo é que sente essa dificuldade?

- Há pouco tempo. Só que a minha mãe era muito surda. Tinha um tio que era surdo e mudo, tinha outra tia que também era surda e via mal. A minha mãe era ceguinha

15. E ultimamente sente que tem tido dificuldade em encontrar as palavras corretas? Você quando quer dizer alguma coisa consegue dizer logo ou sente dificuldades?

- Oh sinto porque não sei ler. Não sei às vezes como é que as palavras são ditas e não digo bem. Às vezes quando me lembro como elas são ditas, já tenho dito. Olhe deixei, eu digo olhe qualquer coisa “deixi” em qualquer lado, não é?

16. Mas isso também é o nosso sotaque alentejano.

- Mas é, não não... e quando me dizem assim tem também dificuldade em certo de ficar, está a perceber? Eu se vou a uma consulta a um médico, oiço um nome qualquer que eu quero fixar e não sou capaz

17. Não consegue fixar bem?

- Não

18. E tem tido dificuldades em escrever? Quando quer escrever alguma coisa?

- Ora eu dificuldade não tenho, escrevo com erros onde estão lá só as letras. Mas onde eu me atrapalho mais é do L ao pé do H

19. Não sabe quando é que tem de utilizar o L e o H juntos?

- Sim. E agora já vou sabendo mais desde que andei ali nos computadores

20. Olhe tá a ver...

- Porque já sei já

21. Isso é bom

- Sim, sim

- Já sei melhor, mas há palavras que eu não sei escrever. É assim eu escrevo o meu nome..., mas o G faço sempre o G pequeno. Foi como eu aprendi na escola. Pronto não...eu sei fazer as letras todas, não é? Mas faço sempre assim. Mais há-de reparar às minha assinaturas, eu faço sempre assim o g pequeno

22. Não consegue fazer, ou não se lembra de fazer o G grande

- Não me lembra

- Não sei bem como é o G grande, porque me atrapalho mais com o i. O G é assim, não é e o l grande é assim?

23. É, é

- Pois e eu atrapalho-me com isso

24. Isso é fazer algumas vezes o seu nome que é para ir praticando

- Sim, mas é que eu estou habituada a fazer assim, e em qualquer lado, às vezes quando vou a Mértola, ou quando recebo a reforma faço sempre assim, porque tenho no bilhete de identidade também assim

25. Mas isso também não faz mal, desde que faça é o que interessa

- Pois

26. O que é que achou ali em relação às sessões dos computadores? Como é que você caracteriza ali as sessões?

- Acho bem

27. Correram bem?

- Tudo bem, gostei muito de vocês

28. E o que é que gostou mais?

- Principalmente de escrever, ir lendo e escrevendo

29. E houve alguma coisa que tenha gostado menos?

- Não, correu tudo bem para mim. Tinha também a minha professora ali ao meu lado, a minha cunhada

30. A sua cunhada ajudava-a

- Pois, ajudava-me

31. E o que é que acha que aprendeu ali nas sessões?

- O que é que acho que aprendi? Olhe a fazer um bolo sem ovos. Agora até tenho tido o colesterol muito alto, até o tenho feito

32. Passou algumas receitas?

- Passei

33. E aprendeu a escrever também?

- Sim

34. Você chegou a ir à internet?

- Não

35. Foi mais a escrita?

- Sim

36. E o que é que gostaria de ter aprendido mais nas sessões?

- Que aquilo durasse mais, podia ser que fosse aprendendo melhor

37. Gostava que durasse mais tempo?

- Pois

38. E houve alguma coisa que a gente não ensinou ali e que você gostasse de sugerir para novas sessões se a gente voltasse cá outra vez? Alguma coisa que você achasse que devíamos ter ensinado e não ensinámos?

- Não, eu como sei muito pouquinho não achei nada menos

39. Gostou de tudo?

- Gostei de tudo

40. E antes de participar ali nas sessões você já tinha ouvido falar nas novas tecnologias? O que é que era o computador?

- Já, já

41. Usava o computador?

- Já, não utilizava porque os meus filhos têm e quando lá estou vejo. A minha filha até diz assim à minha neta...a minha neta que tem 22 anos, pois já é uma senhora também, senhora não que ela é solteira, uma menina. E então dizia-me assim "Olha a

avó já sabe mais do que eu, já sabe mexer no computador que é o que eu não sei".
Porque ela não tem tempo para isso também coitada...

42. Pronto, mas tinha ouvido falar nos computadores?

- Já

43. Mas nunca tinha utilizado?

- Não

44. E se não utilizava os computadores, depois de ter participado nas sessões começou a utilizar ou não?

- Não

45. E porquê?

- Oh, porque eu não sei mexer naquilo já

46. E porque não tem, não é?

- Pois, porque não tenho e esqueço-me logo. Eu cá é como eu digo...Eu esquece-me logo as coisas

47. E acha que os conhecimentos que aprendeu ali nas sessões foram úteis para si?

- Foram

48. Porque é que você acha que foram úteis? Porquê?

- Porque eu gostava de ir ali aquele bocadinho. Estava ali aquele pouco tempo ou muito. Eu achava sempre pouco, num instante se passava

49. Estava ali entretida

- Pois

50. Estava bem ali?

- Pois

51. Utiliza o computador regularmente?

- Não

52. E quando é que costuma utilizar o computador? Alguma vez?

- Não

53. Nunca mais?

- Não, porque eu não sei pôr aquilo a trabalhar, nem a mexer-lhe. Mas lá vocês levavam aquilo e iam lá, tinham lá para eu escrever e para eu voltar atrás e para ir para a frente e para apagar também ainda sei, mas como não tenho nunca mais trabalhei nisso. E então a gente esquecesse porque a idade também já vai sendo...

54. Claro. E na sua opinião as sessões mudaram alguma coisa no seu dia-a-dia?

- Olhe o que mudou é que eu sou um bocado nervosa desde que o meu marido faleceu. Apanhei uma grande crise de nervos porque ele foi muito novo e de repente...e então parece que melhorei os meus nervos, tenho mais vontade de pronto fazer as coisas

55. Fez-lhe bem estar ali entretida e aprender?

- Sim senhora

56. Então acha que mudou alguma coisa no dia-a-dia?

- Pois, mudou. Acho que seja uma coisa boa sim

57. E considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima? Sente-se melhor consigo?

- Sim

58. Acha que foi bom para si ter aprendido?

- Sim

59. E o seu bem-estar? Também se sente melhor?

- Sim, sinto-me melhor

60. Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos?

- Sim, gostava de estar ali a gente todos juntos porque a gente pouco se junta...mais que é ali ou no correio. Quando vamos ao correio estamos ali um cadinho com as outras pessoas. Isto é tudo já gente com a idade avançada e então estar ali (nas sessões) um bocadinho distraia. Com as pessoas mais novas, não é?

61. Aprendeu também com as pessoas mais novas?

- Pois

62. E considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a sua família?

- A minha família só andava lá a minha cunhada

63. Mas em relação por exemplo com as suas filhas, com a sua neta, acha que já falam mais nos computadores? Alguma vez falou com elas pela internet?

- Não, não. Porque eu também não tenho

64. Mas quando elas veem aqui trazem o computador?

- Não, nunca trazem

65. Nunca trazem?

- Não. O que ela traz às vezes é a...como é que se chama aquilo? Para filmar...

66.A máquina de filmar?

- Sim. Elas ligam ali à televisão e depois eu vejo o que é que eles fazem às vezes em casa. Dizem conversa para eu dizer e depois metem-me além...é o que...assim computadores não trazem

67. E em termos gerais, em termos globais o que é que mudou na sua vida após a frequência das sessões com os computadores? Com as novas tecnologias? Mudou alguma coisa? Sente-se melhor consigo?

- Pois, sinto

68. Sente que aprendeu qualquer coisa?

- E às vezes quando penso nisso até gosto, não é? Recorda-me aqueles bocados que a gente ali teve tão bons

69. Então gostou de ter aprendido uma coisa nova?

- Gostei sim senhora

70. Acha que os computadores são importantes?

- São, são

71. Muito obrigado pela sua colaboração

- Nada

Apêndice 6

Transcrição da entrevista da coordenadora

Transcrição da Entrevista

Coordenadora da Ação 4-Informação e Acessibilidades do Projeto “Margens”

1-Dá-me autorização para gravar a entrevista no gravador?

- Sim, está autorizada

2-Enquanto coordenadora da Ação 4-Informação e Acessibilidades do Projeto “Margens” como caracteriza a forma como decorreram as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias? Qual é que é a sua opinião?

- Portanto, este projeto já está a chegar ao final da segunda fase e à semelhança da primeira fase acho que correu bastante bem, há sempre dificuldade na fase de inscrição porque a motivação para este tipo de ações na camada sénior é sempre mais difícil e principalmente nestas localidades mais isoladas, onde o acesso aos computadores é um tema, é um tema novo e as pessoas tendem a retrair-se. Ah... Portanto, há sempre essa dificuldade no momento das inscrições, mas depois a motivação que é conquistada a seguir tem garantido, pelo menos até agora o sucesso das atividades.

3-E o que considera que correu melhor nas sessões de contacto com as Novas Tecnologias?

- Ah...O que correu melhor? Acho que foi precisamente isso, foi aquela motivação que inicialmente era era fraca e com o decorrer das sessões, com o convívio que é proporcionado durante as sessões essa motivação para a participação tende sempre a aumentar. Ah...E portanto o próprio desbloqueio que existe entre os idosos e as novas tecnologias, nomeadamente as TIC é um grande progresso e portanto acho que este desbloqueio e a motivação crescente, eu penso que tenham sido os aspetos mais fortes.

4- E agora por outro lado, o que considera que correu pior ou menos bem nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias? Existiu alguma dificuldade?

- Ah...Sim, portanto, o que corre menos bem, mais uma vez é a fase das inscrições que nem sempre conseguimos com muita facilidade e depois existem alguns aspetos mais técnicos como por exemplo o acesso à internet que nestas localidades, pelo menos aqui no concelho de Mértola, existem ainda muitas localidades onde o acesso à internet é fraco e permitir que muitas pessoas consigam aceder à internet e criarem emails e ir ao facebook, portanto, fazer durante duas horas a sessão conduzida por conteúdos que são só...que requerem a internet e com acesso muito fraco, por vezes isso tornou-se um obstáculo, sim.

5-Que avaliação faz da aprendizagem dos participantes nestas sessões? Considera que foram elevadas as aprendizagens?

- Sim, ah...no geral e o grande objetivo deste projeto é quebrar o isolamento e não formar aqui pessoas que possam vir a utilizar isto para fins profissionais, nem nada disso. Portanto, não é esse o caso. Ah... mas em termos de aprendizagem, sim nota-se que há uma grande evolução, há participantes que mostram uma grande dedicação, um grande empenho e levam as sessões muito a sério, para além daquela componente do convívio eles encaram isto como uma aprendizagem, uma formação a sério. Ah...e portanto aí as aprendizagens são diferentes, pronto. Há aquelas aprendizagens a idosos que até já estão numa situação de alguma dependência e não têm tanta disponibilidade mental para a aprendizagem seja ela a que nível for. Aí é bom, os benefícios que se tiram dessas pessoas é a parte do convívio e a quebra do isolamento, enquanto que noutras pessoas, levam as sessões bastante a sério e mentalmente dispõe de capacidade que lhes permita desenvolver e aplicar estes conteúdos e falar sobre eles lá em casa e depois um outro aspeto é o facto de as pessoas não terem os computadores em casa. Portanto, só têm o contacto com estas tecnologias no momento que se realizam as sessões, sim.

6- E o que considera que foi mais fácil aprender para os participantes nas sessões? Houve alguma coisa que eles considerassem que era mais fácil de aprender? Por exemplo em relação à escrita ou a criação de emails?

- Ah...isso varia bastante. E varia consoante a motivação de cada um e cá está aí também o nível de motivação, a própria...se a pessoa, se é uma pessoa analfabeta, secalhar a parte da escrita, do fazer textos escritos, pronto, faz parte de uma componente mais difícil, porque a pessoa já por si não sabe escrever e não conhece as letras. E secalhar para essa pessoa é mais fácil fazer um desenho, enquanto que para outras é mais fácil olhar para o teclado e escrever os textos. Ah...para aquelas pessoas que contactaram pela primeira vez com o computador, é muito interessante o processo de destreza que é necessária para lidar com o computador, mexer no rato, como é que funciona o campo do ecrã...Que são coisas que para nós que conhecemos os computadores já fazem parte da nossa vida, são básicas e não pensamos nisso, mas esse primeiro confronto com estas pessoas é um processo no mínimo interessante.

7-E por outro lado o que é considera que foi mais difícil de aprender para os participantes nas sessões?

- Eu colocaria essa destreza, para quem nunca contactou. Ah...os textos para quem não sabe escrever é um desafio. Ah...Existem pessoas muito motivadas e que não conseguem porque têm problemas de visão, por exemplo e a equipa do projeto até se empenhou bastante para tentar com que esse aspeto não constituísse mais um obstáculo. Até colar letras no teclado e aumentá-las de tamanho, para que as pessoas que têm dificuldade mais baixa conseguissem ver e escrever os seus textos. Portanto

varia muito consoante as incapacidades e as dificuldades das pessoas e em que nível se encontram de analfabetismo.

8- E o que considera que os participantes gostaram mais de aprender nas sessões?

-Ah...Também varia muito. E varia consoante a motivação deles. Acho que para aquilo que os motivava mais...Para quem por exemplo gostava de fazer as quadras, tem muito jeito para as quadras, o facto de estar ali e ter oportunidade de as escrever e de as partilhar com a equipa do projeto e com os colegas e os vizinhos, foi um processo...foi mais fácil porque estavam motivados. Acho que varia muito consoante as capacidades de cada participante que eram muito diferentes.

9-E o que considera que os participantes gostaram menos de aprender? Acha que houve alguma coisa que eles não tivessem gostado tanto? Ou no geral gostaram mais ou menos de tudo? Da escrita? Contactar com a Internet?

-Pois, varia, não é? Varia consoante a motivação e a aprendizagem e a formação de cada participante.

10-E como avalia o nível de utilização atual das Novas tecnologias por parte dos participantes nestas sessões? Acha que eles continuam a utilizar o computador? Tem conhecimento de alguns que tenham vindo a utilizar o computador depois das sessões?

- Portanto, a maioria das pessoas, cá está, não tem computador em casa e portanto não utiliza. Algumas pessoas sim. Têm computador e de facto estas sessões constituem uma mais valia para a utilização destes equipamentos no seio doméstico e nós até temos esse feedback de pessoas que até têm um computador em casa ou que se não têm próprio, têm um computador do neto ou dos filhos e de facto aquilo deixa de ser um aparelho completamente estranho e começam a perceber o funcionamento...Qual era a pergunta?

11-Era, como avalia o nível de utilização atual das Novas Tecnologias?

- Ah...Sim. Para quem tem um computador ou tem acesso a um computador é gratificante e é uma mais-valia e é uma oportunidade de dar continuidade à aprendizagem. Para quem não tem é uma aprendizagem infelizmente estanque, pronto deixa só de ser um tema estranho e alheio a estas pessoas que eram até à data das sessões.

12- E na sua opinião de que forma a formação mudou o dia-a-dia dos participantes? Vem um bocadinho no seguimento da outra, acha que contactar com as novas tecnologias trouxe alguma mudança no dia-a-dia dos participantes?

- Sim, trouxe. Na maioria deles...ah...para aqueles que nunca tinham contactado e que o computador era um aparelho que só era tido...a referência que eles tinham dos computadores são aparelhos utilizados pelas meninas do Centro de Saúde ou por outros Serviços e o facto de eles conseguirem perceber do funcionamento daquilo, ou pelo menos para que é que serve o computador e conseguir mexer...ah...isso é um daqueles pontos que influenciam muito a melhoria da autoestima dos participantes. Ah...A relação...E mudou...assim, a própria participação nas sessões, a maioria das sessões aconteciam duas vezes por semana. E para grupos onde nunca acontece nada nas suas localidades, porque há localidades no concelho de Mértola bastante isoladas, para esses grupos de facto foi, foi, foi uma mudança nas rotinas, sim.

13-E considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a autoestima dos participantes? Já tinha referido anteriormente...

- Pois, já foi respondida. E sim, melhora sim

14-E considera por outro lado que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o bem-estar dos participantes?

- Ah...Sim, na medida em que contribui para a melhoria da autoestima e também estamos a contribuir para o bem-estar.

15- Considera, por outro lado, que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o convívio dos participantes com os vizinhos?

- Ah...Sim. Melhorou porque formalizaram-se ali rotinas, portanto todas as semanas as pessoas tinham um contacto. Porque às vezes mesmo em pequenas localidades há pessoas que têm muita dificuldade em sair de casa. E o participar nas sessões constituiu ali uma oportunidade de convívio e de familiarização, de partilha, onde para muitos que não conheciam nada e partilhou-se o desconhecimento inicial, partilhou-se a progressão ao longo das sessões e portanto acho que melhorou o convívio entre os vizinhos. Sim, sim.

16-E em relação à família dos participantes? Acha que também aprender a trabalhar com os computadores, com as novas tecnologias permitiu melhorar a relação entre os participantes e a sua família?

- Ah...Não tanto como o desejável, não é? Temos sempre esse problema das famílias que nunca têm a proximidade que os idosos necessitam e gostariam. Mas sim, temos tido esse feedback de avós que têm os netos em casa e que agora já sabem utilizar o computador. Quando os netos lhe dizem que estão a enviar um email para os idosos, eles já sabem do que é que se trata de enviar um email. E pronto, nesse sentido aproximou ali, quanto mais não seja pela uniformização da linguagem digitada que até à data era desconhecida para os idosos.

17-E em termos globais o que considera que mudou na vida dos participantes após a frequência das sessões? Acha que mudou alguma coisa na vida dos participantes participar naquelas sessões?

- Ah...Acho que sim, quanto mais não seja para dizer quando vem cá a família que participaram nestas sessões, que já sabem mexer nos computadores e que houve um progresso pelo menos ao nível da aprendizagem. Ah...E mudou...mudou também no convívio com o resto dos participantes na mesma localidade, portanto formaram-se ali um grupo e as pessoas passaram a pertencer a um grupo. E mudou também pelos conhecimentos e pelas relações que se estabeleceram com a equipa, com a equipa do projeto que são sempre importantes.

18- E por último, a última pergunta. O que mudaria no plano de ação desta iniciativa? Mudava alguma coisa ou no geral mantinha a mesma estrutura das sessões?

- Ah...o que mudaria? Mudaria...não mudaria nada. Mudaria a continuidade e que infelizmente o projeto que é financiado pela Segurança Social tem um início e tem um fim. Felizmente já tivemos uma segunda fase, mas quando termina não deixa qualquer margem de as Entidades continuarem a desenvolver este tipo de iniciativas, o que nos entristece a todos. Às Entidades que desenvolvem os projetos e especialmente aos idosos. Portanto, o que eu mudaria era só alguma flexibilidade, alguma possibilidade de continuidade mesmo que mais reduzida, mas uma possibilidade mínima de continuidade das ações.

19-Muito obrigado pela sua colaboração

-Nada

Apêndice 7

Grelhas de análise de conteúdo das entrevistas dos participantes

Grelha de Análise de Conteúdo

Entrevistado 1

Descritor	Subdescritor	Questões	Unidades de Registro
Tecnologias de Informação e Comunicação	- Experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- Caracterize a sua experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- “foi uma animação para se juntar-mos e pronto darem-nos palavra as senhoras que pronto, fazem parte disso... Foram uns momentos alegres que ali se passou...”
		- O que gostou mais nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “Foram aqueles meus versinhos que eu fiz. E não me dediquei muito aos desenhos, se tivesse dedicado às vezes também me ajeito”
		- O que gostou menos nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “Eu levava aquela receita e eles quiseram transmitir, pronto para Mértola na internet, só que a “rede” era baixa e acabou por isso morrer...não foi nada”.
		- O que considera que aprendeu	- “Aprendi a escrever, quando as vírgulas, os pontinhos, essas coisas...pronto está mais ou

		nessas Sessões?	menos...”
		<ul style="list-style-type: none"> - O que gostaria de ter aprendido mais nessas Sessões? - Indique algumas sugestões para melhorar futuras Sessões - Antes da participação nas sessões o que sabia sobre novas tecnologias? Usava computador? - Se não utilizava o computador, após a participação nas Sessões passou a usar? - Considera que os conhecimentos que adquiriu nas Sessões foram úteis? 	<ul style="list-style-type: none"> - “Olha eu gostava de ter aprendido a escrever aquilo corretamente e fazer aquelas coisas...” - “Os computadores não apanhavam...” (internet) - “Não...” - “Não, eu não comecei a utilizar, só que quer dizer que às vezes cá mesmo entre mim eu dizia...era um passatempo engraçado para a minha vida, que estou aqui sozinha, porque antes ouvia-se, pronto, falar em computadores e os meus filhos têm essas coisas, agora aqui não.” - “Sim, não foi nada que prejudicasse a situação..”

	- Perfil de utilização após as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- Utiliza o computador regularmente?	- “Não, não... Porque não tenho computador e é uma coisa cara e eu é uma coisa que eu já não estou fazendo esforços de tirar algum dinheirinho cá da minha fraca pensão que recebo para estar empregando numa coisa que praticamente não me dá utilidade nenhuma” .
Bem-Estar Social	- Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o Bem-Estar Social	<p>- Na sua opinião de que forma a formação em que participou mudou o seu dia-a-dia?</p> <p>- O que mudou na sua vida após iniciar a utilização do computador?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima?</p>	<p>- “Não mudou nada no meu dia-a-dia. Só que eu penso assim, pronto, penso assim que foi um passatempo em que ali se juntávamos, com aqui a vizinhança e com aqui vocês todas, foi uns poucos que ali passámos divertidos” .</p> <p>- “Não. Acho que não, pois...”</p> <p>- “Sim. Ali se juntávamos e houve conversas e conhecimentos que a gente gosta de saber, gosta de falar...”</p>

		<p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-estar?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a sua família?</p> <p>- Em termos globais o que mudou na sua vida após a frequência das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?</p>	<p>- “E acho que isso...pronto para mim já não é nada, mas acho que aquilo é uma coisa importante, quem tiver capacidade de pronto, comprar o seu computador e passar ali um bocadinho, ali entregue aquelas coisas....acho que seja uma distração...”</p> <p>- “Sim. Dou-me bem com todos, mas pronto eu aqui estou os meus dias e vocês passavam por aqui e lá se juntávamos além...”</p> <p>- “Ah...isso aí é uma coisa que pronto a relação com a minha família esteve sempre bem”</p> <p>- “Acho que a vida continua igual, só que pronto, é este ponto que eu já lhe citei, que através de vocês (sessões dos computadores) fui encontrar pessoas amigas e conhecidas que já havia naos que não se víamos, não sabíamos se eramos vivos, se eramos mortos...”</p>
--	--	--	---

Grelha de Análise de Conteúdo

Entrevistado 2

Descritor	Subdescritor	Questões	Unidades de Registro
Tecnologias de Informação e Comunicação	- Experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- Caracterize a sua experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- “ Por acaso gostei muito de lá andar...E pronto a gente faz camaradagem, faz amizade e as professoras foram muito boas para a gente...E gostei muito de lá andar...”
		- O que gostou mais nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “... Agora aprender ali a escrever gostei muito”.
		- O que gostou menos nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “ Mais ou menos gostei de tudo, porque pronto...não houve nada assim que eu não gostasse”
		- O que considera que aprendeu nessas Sessões?	- “ Ora, sempre aprendo mais qualquer coisinha,

		<ul style="list-style-type: none">- O que gostaria de ter aprendido mais nessas Sessões?- Indique algumas sugestões para melhorar futuras Sessões- Antes da participação nas sessões o que sabia sobre novas tecnologias? Usava computador?- Se não utilizava o computador, após a participação nas Sessões passou a usar?- Considera que os conhecimentos que adquiriu nas Sessões foram úteis?	<p>pois sempre se aprende mais...”</p> <p>-“ Ora, gostava de ter aprendido conseguir ir à busca de... Pois vocês querem ir ver isto ou aquilo vão à busca, não é verdade?” (Internet)</p> <p>- “Se puder ir gostava de ir aprender mais qualquer coisa. Não é que me sirva já para nada, mas...”</p> <p>- “ Não, não, não tenho nada disso” .</p> <p>-“ Não, não passei, não passei... Porque uma pessoa já é velhota”</p> <p>-“ Sim, são bons, são úteis...”</p>
	- Perfil de utilização após as	- Utiliza o computador	- “ Não, não utilizo, porque nem sequer tenho”

	Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	regularmente?	
Bem-Estar Social	<p>- Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o Bem-Estar Social</p>	<p>- Na sua opinião de que forma a formação em que participou mudou o seu dia-a-dia?</p> <p>- O que mudou na sua vida após iniciar a utilização do computador?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-estar?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas</p>	<p>- “ Ah...Praticamente pouco mudou. Pois, porque enfim a gente...a vida é sempre igual, aqui nos montes a vida é sempre a mesma, mais ou menos pouco mudou...”</p> <p>- “ Também não mudou, porque não utilizo, pois...se eu utilizasse tinha mudado, não é verdade? Mas não utilizo... gostei muito de andar além e de aprender aquele pouco que aprendi, mas não mudou nada porque não uso (computador)”</p> <p>- “ Pois, eu olhava para o (computador) dos meus netos e nem percebia ali nada e assim agora sempre percebo qualquer coisa” .</p> <p>- “Ah...Sim. Aquele tempo que andámos além gostei imenso e a gente sente-se bem com a camaradagem...”</p>

			tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos?	<p>- “ Pois claro, então com aquelas pessoas que a gente além trabalhou, com as professoras...com tudo...”</p>
			<p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a sua família?</p>	<p>- “ Ah, cá está, isso não melhorou porque eu não tenho computador e não convivo com eles, não tenho essas coisa e não convivo com eles, porque se tivesse...”</p>
			<p>- Em termos globais o que mudou na sua vida após a frequência das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?</p>	<p>- “ ...Acho que não...”</p>

Grelha de Análise de Conteúdo
Entrevistado 3

Descritor	Subdescritor	Questões	Unidades de Registo
Tecnologias de Informação e Comunicação	- Experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- Caracterize a sua experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- “ Eu nunca esperava na vida aprender os computadores”
		- O que gostou mais nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “ Eu praticamente gostei de tudo, mas o que gostei mais foi de escrever”.
		- O que gostou menos nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “ Era o tal ratinho. O ratinho é que tinha mais dificuldades”.
		- O que considera que aprendeu nessas Sessões?	- “ Aprendi bastante. Olhe em primeiro lugar conviver uns com os outros e além disso fui aprender coisas que nunca pensava já na minha vida...”

		<ul style="list-style-type: none"> - O que gostaria de ter aprendido mais nessas Sessões? - Indique algumas sugestões para melhorar futuras Sessões - Antes da participação nas sessões o que sabia sobre novas tecnologias? Usava computador? - Se não utilizava o computador, após a participação nas Sessões passou a usar? - Considera que os conhecimentos que adquiriu nas Sessões foram úteis? 	<ul style="list-style-type: none"> - “Era chegar a compreender a internet. O facebook como agora se usa também”. - “Para mim praticamente foi tudo igual”. - “Não, não sabia nada”. - “Não comecei. Por causa da vista”. - “Foram úteis sim. Para tudo”
	<ul style="list-style-type: none"> - Perfil de utilização após as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias 	<ul style="list-style-type: none"> - Utiliza o computador regularmente? 	<ul style="list-style-type: none"> - “Não utilizo porque não tenho”

Bem-Estar Social	<p>- Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o Bem-Estar Social</p>	<p>- Na sua opinião de que forma a formação em que participou mudou o seu dia-a-dia?</p> <p>- O que mudou na sua vida após iniciar a utilização do computador?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-estar?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos?</p> <p>- Considera que aprender a</p>	<p>- “ Mudou bastante. Gostei muito de ter aprendido” .</p> <p>- “ Mudou o seguinte: antes não percebia nada disso e agora se ver aí a escrever compreendo o que estão a fazer”</p> <p>- “ Sim. Sinto-me muito melhor” .</p> <p>- “Sim senhor” .</p> <p>- “ A mesma coisa. Melhorou mais com aqueles que sabem mais alguma coisa” (dos computadores).</p> <p>- “ Sim senhor, bastante. Em todos os aspetos...”</p>
------------------	--	---	--

			<p>trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a sua família?</p> <p>- Em termos globais o que mudou na sua vida após a frequência das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?</p>	<p>-“ Foi uma coisa boa, uma coisa muito boa. O inventor que inventou isso tinha de ser uma pessoa com uma grande cabeça. Grande inteligência” .</p>
--	--	--	--	--

Grelha de Análise de Conteúdo

Entrevistado 4

Descritor	Subdescritor	Questões	Unidades de Registro
Tecnologias de Informação e Comunicação	- Experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- Caracterize a sua experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- “ Eu olhe...eu adorei. Gostei imenso. Tenho pena é que tenha sido tão pouco tempo” .
		- O que gostou mais nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “ Também do convívio, da escrita, sim que eu adoro escrever. Escrever nos computadores, evidentemente” .
		- O que gostou menos nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “ Não, não” .
		- O que considera que aprendeu nessas Sessões?	- “ Aprendi a escrever” .

		<ul style="list-style-type: none">- O que gostaria de ter aprendido mais nessas Sessões?- Indique algumas sugestões para melhorar futuras Sessões- Antes da participação nas sessões o que sabia sobre novas tecnologias? Usava computador?- Se não utilizava o computador, após a participação nas Sessões passou a usar?- Considera que os conhecimentos que adquiriu nas Sessões foram úteis?	<ul style="list-style-type: none">- Utiliza o computador regularmente?	<ul style="list-style-type: none">- Não, porque não tenho. Só utilizei nas sessões”
		<ul style="list-style-type: none">- Perfil de utilização após as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias		<ul style="list-style-type: none">- Não me lembro...de momento não me lembro de nada”.- Nada, nada”.- Não. Adorava, mas não tenho dinheiro para comprar um computador. Mas adorava ter computador”.- Foram úteis porque...olhe eu não sabia mexer nos computadores e fiquei mais ou menos a perceber como é que aquilo funciona”.

Bem-Estar Social	<p>- Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o Bem-Estar Social</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Na sua opinião de que forma a formação em que participou mudou o seu dia-a-dia? - O que mudou na sua vida após iniciar a utilização do computador? - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima? - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-estar? - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos? 	<p>-“ Não, não mudou nada”. Porque eu não tenho computador. Não tenho possibilidades de ter”.</p> <p>-“ Um bocadinho, um bocadinho”.</p> <p>-“ Pouco...Porque não tenho...” (computador)</p> <p>-“ Sim. Enquanto estávamos ali estávamos a conviver. Apesar de a gente não se dar mal. Eu pelo menos não me dou mal com nenhuma vizinha. Mas lá sempre estávamos mais juntas e era um convívio diferente”.</p>
------------------	--	--	--

		<ul style="list-style-type: none">- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a sua família?	-“ Bom...aí não.”
		<ul style="list-style-type: none">- Em termos globais o que mudou na sua vida após a frequência das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	-“ Não mudou nada.”

Grelha de Análise de Conteúdo
Entrevistado 5

Descritor	Subdescritor	Questões	Unidades de Registro
Tecnologias de Informação e Comunicação	- Experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- Caracterize a sua experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- “Gostei, gostei”.
		- O que gostou mais nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “De escrever as letras também. Conhecia as letras, mas não as sabia era juntar”.
		- O que gostou menos nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “Tudo bem”.
		- O que considera que aprendeu nessas Sessões?	- “Era o convívio sim”.

		<ul style="list-style-type: none"> - O que gostaria de ter aprendido mais nessas Sessões? - Indique algumas sugestões para melhorar futuras Sessões - Antes da participação nas sessões o que sabia sobre novas tecnologias? Usava computador? - Se não utilizava o computador, após a participação nas Sessões passou a usar? - Considera que os conhecimentos que adquiriu nas Sessões foram úteis? 	<p>- “Gostava, então mas eu não aprendia...Eu sou já muito velha...”</p> <p>- “Acho que correu sempre tudo bem”.</p> <p>- “Não, não. Foi a 1ª vez”.</p> <p>- “Não, então eu não tenho”.</p> <p>- “Foram pois”.</p>	
	- Perfil de utilização após as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- Utiliza o computador regularmente?	- “Não. Só nas sessões”.	

Bem-Estar Social	<p>- Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o Bem-Estar Social</p>	<p>- Na sua opinião de que forma a formação em que participou mudou o seu dia-a-dia?</p> <p>- O que mudou na sua vida após iniciar a utilização do computador?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-estar?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua</p>	<p>- “ Não sei, acho que não” .</p> <p>- “ Ficou tudo mais ou menos” .</p> <p>- “ Não, sinto-me mais ou menos a mesma coisa, pois eu não aprendi, já não aprendia” .</p> <p>- “ Oh, é a mesma coisa” .</p> <p>- “ Sim” .</p> <p>- “ Sim, também” .</p>
------------------	--	---	--

			<p>relação com a sua família?</p> <p>- Em termos globais o que mudou na sua vida após a frequência das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?</p>	<p>- “ Para mim não acho que mudou...não sei” .</p>
--	--	--	--	---

Grelha de Análise de Conteúdo
Entrevistado 6

Descritor	Subdescritor	Questões	Unidades de Registro
Tecnologias de Informação e Comunicação	- Experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- Caracterize a sua experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- “Sim, foi pena é não ter sido mais cedo. Se tivesse sido mais cedo, eu sempre tinha...eu tinha muita influência na letra, só que como tinha de trabalhar para comer não podia andar à escola”.
		- O que gostou mais nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “O que gostei mais foi do pessoal estar ali todo em conjunto...e as pessoas descobrirem à gente certas coisas”.
		- O que gostou menos nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “Eu gostei mais ou menos de tudo, da mesma coisa”.
		- O que considera que aprendeu nessas Sessões?	- “O que eu aprendi mais foi a ouvir famílias que sabiam falar daquilo que eu não sei...mas para mim eu não aprendi nada, porque já não tenho tempo para isso e a idade já é maior”.

		<ul style="list-style-type: none"> - O que gostaria de ter aprendido mais nessas Sessões? - Indique algumas sugestões para melhorar futuras Sessões - Antes da participação nas sessões o que sabia sobre novas tecnologias? Usava computador? - Se não utilizava o computador, após a participação nas Sessões passou a usar? - Considera que os conhecimentos que adquiriu nas Sessões foram úteis? 	<p>-“ A lidar com aquilo bem sem ninguém me ensinar”.</p> <p>-“ Se viessem cá outra vez, gostava de fazer lá alguma coisa, mas o que é que a influência já não é...”</p> <p>-“ Oh não não não....Nunca tinha visto” .</p> <p>-“ Não. Então para quê? Á uma não tenho em casa, como não sei ler e ela (mulher) também não sabe ler para que é que eu quero um computador em casa? Só para olhar para ele?”</p> <p>-“ Sim. Uma pessoa dizia uma coisa, outra pessoa dizia outra e sempre ia aprendendo alguma coisa. Aprendi mais naquilo que ouvia do que daquilo que</p>
--	--	--	--

				estava a ver”.
	- Perfil de utilização após as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- Utiliza o computador regularmente?	- “ Não. Então não o tenho, como é que eu o vou utilizar?”	
Bem-Estar Social	- Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o Bem-Estar Social	<p>- Na sua opinião de que forma a formação em que participou mudou o seu dia-a-dia?</p> <p>- O que mudou na sua vida após iniciar a utilização do computador?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-</p>	<p>- “ Ah eu acho que uma pessoa já não aprende nada disso e ficou tudo na mesma”</p> <p>- “ Ah, mais ou menos. Acho que isto já não adianta nada”.</p> <p>- “ Sim, no aspeto em que parece que a gente se desenvolve mais, parece que ficam mais coisas na cabeça do que lá estava”.</p>	

		estar?	<ul style="list-style-type: none"> - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos? - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a sua família? - Em termos globais o que mudou na sua vida após a frequência das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias? 	<p>- “ Não, isso aí não melhorou nada” .</p> <p>- “ Com a minha família? Já tenho falado, quando vem cá a minha filha, oiço falar que já tem um computador, para ficar a saber, tem de ser falar nisso” .</p> <p>- “ Não. Gostei de andar lá, mas a coisa de achar que mudou ou não mudou, parece que acho que está tudo na mesma” .</p>
--	--	--------	--	--

Grelha de Análise de Conteúdo

Entrevistado 7

Descritor	Subdescritor	Questões	Unidades de Registo
Tecnologias de Informação e Comunicação	- Experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	<ul style="list-style-type: none"> - Caracterize a sua experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias - O que gostou mais nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias? - O que gostou menos nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias? - O que considera que aprendeu nessas Sessões? 	<p>- “ É assim, correram bem. Eu gostei imenso e gostava até de me evoluir um bocadinho mais acerca das novas tecnologias. Eu gostava de facto que continuasse mais um bocadinho...”</p> <p>- “ eu gostei de tudo o que nós fizemos, das pessoas que nos estavam a apoiar”.</p> <p>- “ gostei de tudo em geral. a falta da internet já se sabe...o problema é daqui”.</p> <p>- “ Portanto, para já mexer num computador que é isso que me fazia uma confusão os meus netos, os miúdos pequenos mexerem e eu...aquilo não me dizia nada. Pronto, acho que é uma sensação totalmente diferente de escrevermos, de de facto pudermos ter acesso com os filhos, com pessoas</p>

			<p>assim amigas e assim” .</p> <p>- “ gostava de me ter evoluído mais, eu própria ter tido mais iniciativa de aprender mais, exatamente” .</p> <p>- “ gostaria de continuar porque isto foi muito bom. Hoje em dia como é o computador que nos leva a certos sítios e temos de fazer tudo através do computador, como eu estou a ver, pronto...gostava mesmo de aprender” .</p> <p>- “ Não, nada. Até me fazia aflição tocar. E sabia, tinha conhecimento do que é que era um computador, só que o medo era tanto que não me atrevia a tocar.”</p> <p>- “ vou fazendo aqui alguma coisa aqui em casa ou escrevo para não perder o treino” .</p> <p>- “ Sim, são úteis. Toda a gente deve saber. Porque</p>
	<ul style="list-style-type: none"> - O que gostaria de ter aprendido mais nessas Sessões? - Indique algumas sugestões para melhorar futuras Sessões - Antes da participação nas sessões o que sabia sobre novas tecnologias? Usava computador? - Se não utilizava o computador, após a participação nas Sessões passou a usar? 		<p>- Considera que os conhecimentos</p>

		que adquiriu nas Sessões foram úteis?	as novas tecnologias são...pronto é o que se está a ver para o futuro e então é isso que nós precisamos de facto aprender mais um bocadinho”.
	- Perfil de utilização após as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- Utiliza o computador regularmente?	- “ Sim, quer dizer...duas vezes por semana, uma coisa assim...em partida só à noite que me ponho aqui um bocadinho. vou escrevendo, outras vezes é um jogo que é para não perder assim o treino das teclas e assim”.
Bem-Estar Social	- Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o Bem-Estar Social	- Na sua opinião de que forma a formação em que participou mudou o seu dia-a-dia?	- “ eu nesse sentido sentia-me assim um bocadinho atrasada e agora sinto-me um bocadinho...poucoquinho...mas um bocadinho mais evoluída”.
		- O que mudou na sua vida após iniciar a utilização do computador?	- “ Mais ou menos, quer dizer...porque não faço assim uso diário. Pouca alteração teve”.
		- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima?	- “ Sinto-me melhor. Sinto-me mais, parece que evoluída, estimulada”.

		<p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-estar?</p>	<p>-“ Sim, quer dizer...é como eu digo, se soubesse mais um bocadinho, não é? Acho que seria melhor, porque já poderia pôr a internet e já tentava contactar com os meus filhos porque estão longe, já é diferente” .</p>
		<p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos?</p>	<p>-“ Sim, porque nós acabamos por falar acerca do computador. Sim, aquele bocadinho fez-nos conviver mais um bocadinho, para nos conhecermos” .</p>
		<p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a sua família?</p>	<p>-“ Sim, quer dizer eu já tinha uma boa relação com eles, mas acerca das novas tecnologias sim, porque eles estão interessados em que eu evolua mais um bocadinho para de facto puder contactar com eles” .</p>
		<p>- Em termos globais o que mudou na sua vida após a frequência das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?</p>	<p>-“ pouco, mas eu gostaria que tivesse mudado mais, porque gostaria de ter mais atividade nesse sentido” .</p>

Grelha de Análise de Conteúdo
Entrevistado 8

Descritor	Subdescritor	Questões	Unidades de Registro
Tecnologias de Informação e Comunicação	- Experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- Caracterize a sua experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- “Achei que tava bem e gostei. Era preciso era que a gente ainda continuasse mais. Pelo menos a ver se o que aprendemos não se esquecia”.
		- O que gostou mais nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “É um bocadinho que a gente vai ali. Eu gostei das coisas todas que se passaram”.
		- O que gostou menos nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “Ah...Não disse já tudo? Que gostei de tudo?”
		- O que considera que aprendeu	- “Eu não sabia mexer em nada daquilo. Sempre a

		nessas Sessões?	<p>gente...sempre aprendeu qualquer coisinha”.</p> <p>- “ a gente nunca é demais o que aprende” .</p> <p>- “ a gente continuar a ver se conseguia mais alguma coisinha. Porque a gente aprendeu a fazer, mas...sabe...” .</p> <p>- “ Não. Já tinha visto um, porque a minha filha, aquela que trabalha em Faro tinha um e eu já tinha visto e ela às vezes trazia aí a casa. Eu não usava nada disso” .</p> <p>- “ Não”</p> <p>- “ Sim. A gente ficou com outra experiência que não tinha, porque não sabia. Pronto, a gente não sabia</p>
		<p>- O que gostaria de ter aprendido mais nessas Sessões?</p> <p>- Indique algumas sugestões para melhorar futuras Sessões</p> <p>- Antes da participação nas sessões o que sabia sobre novas tecnologias? Usava computador?</p> <p>- Se não utilizava o computador, após a participação nas Sessões passou a usar?</p> <p>- Considera que os conhecimentos que adquiriu nas Sessões foram</p>	

		úteis?	nada dessas coisas. Não conhecia nada disso. Agora já dali tira mais uma ideiazinha do que é que é”.
	- Perfil de utilização após as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- Utiliza o computador regularmente?	- “ Pois não. Não. Não tenho nenhum”.
Bem-Estar Social	- Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o Bem-Estar Social	- Na sua opinião de que forma a formação em que participou mudou o seu dia-a-dia? - O que mudou na sua vida após iniciar a utilização do computador? - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima? - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-	- “ Oh mudar grande coisa não foi porque se tivesse dado em usar tinha tomado mais, assim, quer dizer...sempre ia praticando mais e ia evoluindo mais alguma coisa. Assim parou ali e pronto”. - “ Assim muito”. - “ A gente em aprendendo qualquer coisa sempre fica com mais aquela influência”. - “ A gente se for ai ao pé de um computador... já conhece mais ou menos como é que se faz. Embora não saiba bem fazer certas coisas, mas há

		<p>estar?</p> <ul style="list-style-type: none"> - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos? - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a sua família? - Em termos globais o que mudou na sua vida após a frequência das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias? 	<p>outras que a gente ali já faz uma ideia porque já trabalhou” .</p> <p>- “ Sim, porque a gente convivia mais uns com os outros ali aquele bocadinho e fora disso é lá quando é que a gente se junta” .</p> <p>- “ Com a minha Paula? Pois às vezes ela...sempre diz qualquer coisa a esse respeito” .</p> <p>- “ Sim, pior não sinto. Já disse, tomámos mais aquela, aquele convívio, aquela lidação e mais daquelas pessoas de fora que aí vinham e isso convivia-se com elas” .</p>
--	--	--	---

Grelha de Análise de Conteúdo

Entrevistado 9

Descritor	Subdescritor	Questões	Unidades de Registro
Tecnologias de Informação e Comunicação	- Experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- Caracterize a sua experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- “Acho bem. Tudo bem, gostei muito de vocês”.
		- O que gostou mais nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “Principalmente de escrever, ir lendo e escrevendo”.
		- O que gostou menos nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	- “Não, correu tudo bem para mim”.
		- O que considera que aprendeu nessas Sessões?	- “O que é que acho que aprendi? Olhe a fazer um bolo sem ovos. Agora até tenho tido o colesterol muito alto, até o tenho feito”.-Estava a referir-se às

			receitas que trocou com os outros participantes
		<ul style="list-style-type: none"> - O que gostaria de ter aprendido mais nessas Sessões? - Indique algumas sugestões para melhorar futuras Sessões - Antes da participação nas sessões o que sabia sobre novas tecnologias? Usava computador? - Se não utilizava o computador, após a participação nas Sessões passou a usar? - Considera que os conhecimentos que adquiriu nas Sessões foram úteis? 	<ul style="list-style-type: none"> - “ Que aquilo durasse mais, podia ser que fosse aprendendo melhor”. - “ Não, eu como sei muito pouquinho não achei nada menos. Gostei de tudo” . - “ Já, já. Não utilizava porque os meus filhos têm e quando lá estou vejo” . - “ Não. Porque eu não sei mexer naquilo já” . - “ Porque eu gostava de ir ali aquele bocadinho. Estava ali aquele pouco tempo ou muito. Eu achava sempre pouco, num instante se passava” .

	- Perfil de utilização após as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- Utiliza o computador regularmente?	- “ Não, porque eu não sei pôr aquilo a trabalhar, nem a mexer-lhe” .
Bem-Estar Social	- Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o Bem-Estar Social	- Na sua opinião de que forma a formação em que participou mudou o seu dia-a-dia?	- “ Olhe o que mudou é que eu sou um bocado nervosa desde que o meu marido faleceu. Apanhei uma grande crise de nervos porque ele foi muito novo e de repente...e então parece que melhorei os meus nervos, tenho mais vontade de pronto fazer as coisas” .
		- O que mudou na sua vida após iniciar a utilização do computador?	- “ Pois, mudou. Acho que seja uma coisa boa sim” .
		- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua autoestima?	- “ Sim” .
		- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu bem-estar?	- “ Sim, sinto-me melhor” .

		<ul style="list-style-type: none"> - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o seu convívio com os vizinhos? 	<ul style="list-style-type: none"> - “ Sim, gostava de estar ali a gente todos juntos porque a gente pouco se junta... Isto é tudo já gente com a idade avançada e então estar ali (nas sessões) um bocadinho distraia” .
		<ul style="list-style-type: none"> - Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a sua relação com a sua família? 	<ul style="list-style-type: none"> - “ A minha família só andava lá a minha cunhada” .
		<ul style="list-style-type: none"> - Em termos globais o que mudou na sua vida após a frequência das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias? 	<ul style="list-style-type: none"> - “ E às vezes quando penso nisso até gosto, não é? Recorda-me aqueles bocados que a gente ali teve tão bons” .

Apêndice 8

Grelha de análise de conteúdo da entrevista à coordenadora

Grelha de Análise de Conteúdo
Entrevista à Coordenadora da Ação 4-Informação e Acessibilidades do Projeto “Margens”

Descritor	Subdescritor	Questões	Unidades de Registo
Tecnologias de Informação e Comunicação	- Experiência nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias	- Enquanto coordenadora da ação 4-Informação e Acessibilidades do Projeto “Margens”, como caracteriza a forma como decorreram as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	<ul style="list-style-type: none"> - “à semelhança da primeira fase acho que correu bastante bem” - “há sempre dificuldade na fase de inscrição porque a motivação para este tipo de ações na camada sénior é sempre mais difícil” - “a motivação que é conquistada a seguir tem garantido, pelo menos até agora o sucesso das atividades”.
		- O que considera que correu melhor nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?	<ul style="list-style-type: none"> - “foi aquela motivação que inicialmente era era fraca e com o decorrer das sessões, com o convívio que é proporcionado durante as sessões essa motivação para a participação tende sempre a aumentar”. - “E portanto o próprio desbloqueio que existe entre os idosos e as novas tecnologias, nomeadamente

			<p>as TIC é um grande progresso”</p> <p>- “ o que corre menos bem, mais uma vez é a fase das inscrições”</p> <p>- “ existem alguns aspetos mais técnicos como por exemplo o acesso à internet que nestas localidades, pelo menos aqui no concelho de Mértola, existem ainda muitas localidades onde o acesso à internet é fraco”</p>
	<p>- O que considera que correu pior nas Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?</p>		<p>- “ o grande objetivo deste projeto é quebrar o isolamento e não formar aqui pessoas que possam vir a utilizar isto para fins profissionais, nem nada disso” .</p> <p>- “ mas em termos de aprendizagem, sim nota-se que há uma grande evolução, há participantes que mostram uma grande dedicação, um grande empenho e levam as sessões muito a sério, para além daquela componente do convívio eles encaram isto como uma aprendizagem, uma</p>
	<p>- Que avaliação faz da aprendizagem dos participantes nestas sessões?</p>		

		<p>formação a sério” .</p> <p>-“aprendizagens são diferentes, pronto. Há aquelas aprendizagens a idosos que até já estão numa situação de alguma dependência e não têm tanta disponibilidade mental para a aprendizagem seja ela a que nível for. Ai é bom, os benefícios que se tiram dessas pessoas é a parte do convívio e a quebra do isolamento, enquanto que noutras pessoas, levam as sessões bastante a sério e mentalmente dispõe de capacidade que lhes permita desenvolver e aplicar estes conteúdos e falar sobre eles lá em casa”</p>
	<p>- O que considera que foi mais fácil de aprender para os participantes nas sessões?</p>	<p>“isso varia bastante. E varia consoante a motivação de cada um e cá está aí também o nível de motivação”</p> <p>-“ se a pessoa, se é uma pessoa analfabeta, se calhar a parte da escrita, do fazer textos escritos, pronto, faz parte de uma componente mais difícil, porque a pessoa já por si não sabe escrever e não conhece as letras. E se calhar para essa pessoa é mais fácil fazer um desenho”</p> <p>-“ enquanto que para outras é mais fácil olhar para o teclado e escrever os textos. Ah...para aquelas</p>

			<p> pessoas que contactaram pela primeira vez com o computador, é muito interessante o processo de destreza que é necessária para lidar com o computador, mexer no rato, como é que funciona o campo do ecrã...” </p> <p> -“ Eu colocaria essa destreza, para quem nunca contactou. Ah...os textos para quem não sabe escrever é um desafio”. </p> <p> -“ Existem pessoas muito motivadas e que não conseguem porque têm problemas de visão, por exemplo e a equipa do projeto até se empenhou bastante para tentar com que esse aspeto não constituísse mais um obstáculo”. </p> <p> -“ Portanto varia muito consoante as incapacidades e as dificuldades das pessoas e em que nível se encontram de analfabetismo”. </p> <p> -“ Ah...Também varia muito. E varia consoante a motivação deles. Acho que para aquilo que os motivava mais...” </p> <p> -“ Acho que varia muito consoante as capacidades de cada participante que eram muito diferentes”. </p>
		<p> - O que considera que foi mais difícil de aprender para os participantes nas sessões? </p>	
		<p> - O que considera que os participantes gostaram mais de aprender nas sessões? </p>	

			<p>- O que considera que os participantes gostaram menos de aprender nas sessões?</p>	<p>- “Varia consoante a motivação e a aprendizagem e a formação de cada participante”.</p>
	<p>- Perfil de utilização após as Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias</p>	<p>- Como avalia o nível de utilização atual das Novas Tecnologias por parte dos participantes nestas sessões?</p>	<p>- “Portanto, a maioria das pessoas, cá está, não tem computador em casa e portanto não utiliza. Algumas pessoas sim”.</p> <p>- “constituem uma mais valia para a utilização destes equipamentos no seio doméstico e nós até temos esse feedback de pessoas que até têm um computador em casa ou que se não têm próprio, têm um computador do neto ou dos filhos e de facto aquilo deixa de ser um aparelho completamente estranho e começam a perceber o funcionamento...”</p> <p>- “Para quem tem um computador ou tem acesso a um computador é gratificante e é uma mais-valia e é uma oportunidade de dar continuidade à aprendizagem. Para quem não tem é uma aprendizagem infelizmente estanque, pronto deixa só de ser um tema estranho e alheio a estas pessoas que eram até à data das sessões”.</p>	

Bem-Estar Social	- Relação entre a utilização das Novas Tecnologias e o Bem-Estar Social	<p>- Na sua opinião de que forma a formação mudou o dia-a-dia dos participantes?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a autoestima dos participantes?</p> <p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o bem-estar dos participantes?</p>	<p>- “o facto de eles conseguirem perceber do funcionamento daquilo, ou pelo menos para que é que serve o computador e conseguir mexer...ah...isso é um daqueles pontos que influenciam muito a melhoria da autoestima dos participantes”.</p> <p>- “E mudou...assim, a própria participação nas sessões, a maioria das sessões aconteciam duas vezes por semana. E para grupos onde nunca acontece nada nas suas localidades, porque há localidades no concelho de Mértola bastante isoladas, para esses grupos de facto foi, foi, foi uma mudança nas rotinas, sim”.</p> <p>- “E sim, melhora sim”</p> <p>- “Sim, na medida em que contribui para a melhoria da autoestima e também estamos a contribuir para o bem-estar”.</p>
------------------	---	---	---

		<p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou o convívio dos participantes com os vizinhos?</p>	<p>- “ Sim. Melhorou porque formalizaram-se ali rotinas, portanto todas as semanas as pessoas tinham um contacto” .</p> <p>- “ Porque às vezes mesmo em pequenas localidades há pessoas que têm muita dificuldade em sair de casa. E o participar nas sessões constituiu ali uma oportunidade de convívio e de familiarização, de partilha, onde para muitos que não conheciam nada e partilhou-se o desconhecimento inicial, partilhou-se a progressão ao longo das sessões e portanto acho que melhorou o convívio entre os vizinhos” .</p>
		<p>- Considera que aprender a trabalhar com as novas tecnologias melhorou a relação dos participantes com a família?</p>	<p>- “ Não tanto como o desejável”</p> <p>- “ Temos sempre esse problema das famílias que nunca têm a proximidade que os idosos necessitam e gostariam” .</p> <p>- “ Mas sim, temos tido esse feedback de avós que têm os netos em casa e que agora já sabem utilizar o computador. Quando os netos lhe dizem que estão a enviar um email para os idosos, eles já sabem do que é que se trata de enviar um email. E pronto, nesse sentido aproximou ali, quanto mais não seja pela uniformização da linguagem digitam</p>

		<p>que até à data era desconhecida para os idosos” .</p> <p>- “ quanto mais não seja para dizer quando vem cá a família que participaram nestas sessões, que já sabem mexer nos computadores e que houve um progresso pelo menos ao nível da aprendizagem” .</p> <p>- “ mudou também no convívio com o resto dos participantes na mesma localidade, portanto formaram-se ali um grupo e as pessoas passaram a pertencer a um grupo” .</p> <p>- “ E mudou também pelos conhecimentos e pelas relações que se estabeleceram com a equipa, com a equipa do projeto que são sempre importantes” .</p>
	<p>- Em termos globais o que considera que mudou na vida dos participantes após a frequência das Sessões de Contacto com as Novas Tecnologias?</p>	<p>- “ Mudaria a continuidade e que infelizmente o projeto que é financiado pela Segurança Social tem um início e tem um fim” .</p> <p>- “ continuarem a desenvolver este tipo de iniciativas, o que nos entristece a todos. Às Entidades que desenvolvem os projetos e especialmente aos idosos” .</p>
	<p>- O que mudaria no plano de ação desta iniciativa?</p>	

				-“ Portanto, o que eu mudaria era só alguma flexibilidade, alguma possibilidade de continuidade mesmo que mais reduzida, mas uma possibilidade mínima de continuidade das ações” .
--	--	--	--	--

Anexos

Anexo 1

Descrição do Projeto “Margens”

Projeto “Margens”

O Projeto “Margens” é um projeto da responsabilidade da Santa Casa da Misericórdia de Mértola e insere-se nos Contratos Locais de Desenvolvimento Social, cujo principal objetivo é promover a inclusão social dos cidadãos através de ações, executadas em parceria, no sentido de colmatar situações de pobreza e exclusão social em territórios deprimidos.

Os CLDS surgem em consequência de uma análise feita às necessidades detetadas, e paralelamente, à estratégia definida no PNAI (Plano Nacional para a Inclusão 2006-2008), que visa intervir em áreas como a pobreza e a exclusão das crianças e dos idosos. As medidas utilizadas pelos CLDS pretendem assegurar os direitos básicos de cidadania e evitar restrições na área da educação e formação/qualificação, efetivando uma mudança social nas zonas mais deprimidas à responsabilidade de entidades parceiras.

As sessões de contacto com as novas tecnologias inserem-se na ação 4- Informação e Acessibilidades e foram realizadas pela Associação de Defesa do Património de Mértola. Esta ação teve como principal meta possibilitar aos mais velhos o contacto com um mundo estranho e alheio às suas vivências, promover a sua ocupação através de uma atividade que fomente a sua autoestima e a inclusão na sociedade do conhecimento e ainda oferecer a oportunidade aos idosos do concelho de Mértola de adquirirem competências básicas no âmbito das TIC, proporcionando-lhes momentos de bem-estar social e individual.

Salienta-se ainda que são objetivos desta ação, promover relações interpessoais, promover a inclusão social dos idosos, capacitar a população alvo de competências na área das novas tecnologias, expandir o leque de competências adquiridas a nível individual e grupal, estimular as capacidades motoras, cognitivas e relacionais dos idosos e também promover o envelhecimento ativo.

Anexo 2

Exemplar da Ficha de Inscrição dos participantes nas sessões de contacto com as
novas tecnologias



Associação de Defesa do Património de Mértola



Projecto "Margens"

Contacto com as Novas Tecnologias

Ficha de Inscrição

Programa: Contratos Locais de Desenvolvimento Social

Eixo de Intervenção – Informação e Acessibilidade

Dados Pessoais

Nome: _____

Naturalidade: _____ Data de Nasc.: ____/____/____

Sexo: M ☐ F ☐ Estado Civil: Solteiro ☐ Casado ☐ Outro ☐ Qual? _____

Morada: _____ Localidade: _____

Freguesia: _____ Concelho: _____

Cod. Postal: _____ Telefone: _____ N.º Contribuinte: _____

N.º de B.I. _____ Data de Emissão: ____/____/____ Arq. de Identificação: _____

Situação Profissional: _____

Habilitações Literárias: _____

Outras Habilitações: _____

Os dados pessoais inscritos nesta ficha só serão utilizados para os fins a que a mesma diz respeito.
Concordo que os mesmos sejam transmitidos pela ADPM, para uma eventual auscultação por parte do sistema de Acreditação.

Sim ☐ Não ☐

Anexar: fotocópia: BI _____

Assinatura: _____

Data de Inscrição: ____/____/____



Anexo 3

Exemplar de alguns dos trabalhos realizados pelos participantes durante as sessões

Poema Canção para o Alentejo

Canção para o Alentejo
Vastidão de Portugal
Futuro. Continental
Terra lavrada, que vejo
A ser mas sem ter.
Ondas de trigo maduro
Onde mais ninguém se afoga
Danças alegres da roga
Que vindima na meu Doiro
E vem colher o pão loiro
Da inteira fraternidade
Que falta a esta metade
De coração largo e moiro...

Onde acharei lugar tão apartado

Onde acharei lugar tão apartado
E tão isento em tudo da ventura,
Que, não digo eu de humana criatura ,
Mas nem de feras seja frequentado?

Algum bosque medonho e carregado,
Que selva solitária, triste e verdura,
Enfim, lugar conforme a meu cuidado?

Porque ali, nas entranhas dos penedos,
Em vida morto, sepultado em vida;
Me queixe copiosa e livremente;

Que, pois a minha pena é sem medida,
Ali triste serei em dias ledas
E dias tristes me farão contente.

Poema da malta das naus

Lancei ao mar, madeiro
Espetei-lhe um pau e um lenço.
Com palpite marinho
Medi a altura do sol.

Deu-me o vento feição
Levou-me ao cabo do mundo.
Pelote de vagabundo,
Rebotalho de gibão.

Dormir no dorso das vagas,
Parei na orla das praias,
Arreneguei, roguei pragas.
Mordi peloiros e zagaias.

Chamusquei, o pêlo hirsuto,
Tive o corpo em chagas vivas,
Estalaram-me a gengivas,
Apodreci de escorbuto

Com a mão direita benzi-me,
Com a direita esganei.
Mil vezes no chão, bati-me,
Outras mil me levantei.